		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-03-18 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus zielony z ciecierzycy 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN							Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki z serem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - dyniowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD							Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Serek Almette mini 30g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek Almette mini 30g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek Almette mini 30g 1 szt (***MLE,***)	Serek Almette mini 30g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek Almette mini 30g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2906.91 kcal; Białko ogółem: 110.14 g; Tłuszcz: 93.51 g; Kw. tł. nasy.: 44.15 g; Węglowodany ogółem: 418.51 g; W tym cukry: 90.73 g; Błonnik pok.: 29.04 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2342.06 kcal; Białko ogółem: 88.77 g; Tłuszcz: 73.94 g; Kw. tł. nasy.: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 338.04 g; W tym cukry: 62.07 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 6.44 g;	Wartość energetyczna: 2416.81 kcal; Białko ogółem: 98.44 g; Tłuszcz: 71.54 g; Kw. tł. nasy.: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 350.54 g; W tym cukry: 61.86 g; Błonnik pok.: 23.70 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2439.11 kcal; Białko ogółem: 104.05 g; Tłuszcz: 67.04 g; Kw. tł. nasy.: 36.28 g; Węglowodany ogółem: 362.18 g; W tym cukry: 70.49 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2367.74 kcal; Białko ogółem: 119.49 g; Tłuszcz: 118.02 g; Kw. tł. nasy.: 29.74 g; Węglowodany ogółem: 215.61 g; W tym cukry: 99.74 g; Błonnik pok.: 19.77 g; Sól: 4.76 g;	Wartość energetyczna: 2201.12 kcal; Białko ogółem: 138.42 g; Tłuszcz: 88.47 g; Kw. tł. nasy.: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 218.94 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2233.07 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 76.01 g; Kw. tł. nasy.: 40.65 g; Węglowodany ogółem: 301.40 g; W tym cukry: 47.36 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2259.36 kcal; Białko ogółem: 91.89 g; Tłuszcz: 68.20 g; Kw. tł. nasy.: 38.86 g; Węglowodany ogółem: 324.84 g; W tym cukry: 48.15 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2562.88 kcal; Białko ogółem: 93.87 g; Tłuszcz: 84.28 g; Kw. tł. nasy.: 43.17 g; Węglowodany ogółem: 366.58 g; W tym cukry: 59.31 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 1881.85 kcal; Białko ogółem: 51.18 g; Tłuszcz: 67.83 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 268.56 g; W tym cukry: 35.03 g; Błonnik pok.: 13.60 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2328.78 kcal; Białko ogółem: 72.79 g; Tłuszcz: 69.79 g; Kw. tł. nasy.: 38.83 g; Węglowodany ogółem: 359.49 g; W tym cukry: 62.16 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2440.52 kcal; Białko ogółem: 80.18 g; Tłuszcz: 74.03 g; Kw. tł. nasy.: 42.19 g; Węglowodany ogółem: 371.48 g; W tym cukry: 63.03 g; Błonnik pok.: 27.42 g; Sól: 8.86 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-03-19 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jabłka prażone b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 100 g
	II ŚN							Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz sojowy z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jaglana na sypko 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2870.24 kcal; Białko ogółem: 114.65 g; Tłuszcz: 101.69 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 384.10 g; W tym cukry: 74.32 g; Błonnik pok.: 29.36 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2764.56 kcal; Białko ogółem: 117.82 g; Tłuszcz: 92.88 g; Kw. tł. nasy.: 40.49 g; Węglowodany ogółem: 372.64 g; W tym cukry: 73.89 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2824.00 kcal; Białko ogółem: 116.99 g; Tłuszcz: 93.27 g; Kw. tł. nasy.: 40.96 g; Węglowodany ogółem: 388.15 g; W tym cukry: 73.74 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 3098.71 kcal; Białko ogółem: 127.93 g; Tłuszcz: 96.73 g; Kw. tł. nasy.: 42.73 g; Węglowodany ogółem: 440.58 g; W tym cukry: 78.20 g; Błonnik pok.: 30.61 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 2322.55 kcal; Białko ogółem: 121.35 g; Tłuszcz: 117.90 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 202.12 g; W tym cukry: 96.45 g; Błonnik pok.: 16.84 g; Sól: 4.01 g;	Wartość energetyczna: 2201.12 kcal; Białko ogółem: 138.42 g; Tłuszcz: 88.47 g; Kw. tł. nasy.: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 218.94 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2384.79 kcal; Białko ogółem: 111.95 g; Tłuszcz: 84.73 g; Kw. tł. nasy.: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 307.09 g; W tym cukry: 63.66 g; Błonnik pok.: 33.20 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2529.28 kcal; Białko ogółem: 104.56 g; Tłuszcz: 86.09 g; Kw. tł. nasy.: 39.63 g; Węglowodany ogółem: 343.79 g; W tym cukry: 62.43 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2725.15 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 87.71 g; Kw. tł. nasy.: 45.59 g; Węglowodany ogółem: 384.09 g; W tym cukry: 73.62 g; Błonnik pok.: 36.68 g; Sól: 5.30 g;	Wartość energetyczna: 2130.55 kcal; Białko ogółem: 81.25 g; Tłuszcz: 83.64 g; Kw. tł. nasy.: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 268.00 g; W tym cukry: 48.17 g; Błonnik pok.: 16.18 g; Sól: 3.76 g;	Wartość energetyczna: 2994.19 kcal; Białko ogółem: 116.06 g; Tłuszcz: 112.63 g; Kw. tł. nasy.: 48.41 g; Węglowodany ogółem: 388.58 g; W tym cukry: 76.43 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 3048.50 kcal; Białko ogółem: 128.61 g; Tłuszcz: 116.31 g; Kw. tł. nasy.: 49.28 g; Węglowodany ogółem: 382.41 g; W tym cukry: 84.97 g; Błonnik pok.: 29.03 g; Sól: 10.18 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-03-20 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN							Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (***MLE, SO2,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (***MLE, SO2,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	PN	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2474.54 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 85.16 g; Kw. tł. nasy.: 38.64 g; Węglowodany ogółem: 340.61 g; W tym cukry: 66.32 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2403.38 kcal; Białko ogółem: 95.08 g; Tłuszcz: 76.48 g; Kw. tł. nasy.: 37.21 g; Węglowodany ogółem: 348.15 g; W tym cukry: 71.30 g; Błonnik pok.: 29.84 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2396.71 kcal; Białko ogółem: 91.59 g; Tłuszcz: 75.96 g; Kw. tł. nasy.: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 347.33 g; W tym cukry: 80.29 g; Błonnik pok.: 25.70 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2403.60 kcal; Białko ogółem: 95.03 g; Tłuszcz: 69.15 g; Kw. tł. nasy.: 32.43 g; Węglowodany ogółem: 362.47 g; W tym cukry: 82.37 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2418.48 kcal; Białko ogółem: 122.31 g; Tłuszcz: 115.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 229.64 g; W tym cukry: 90.42 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sól: 4.55 g;	Wartość energetyczna: 2156.12 kcal; Białko ogółem: 136.02 g; Tłuszcz: 85.47 g; Kw. tł. nasy.: 39.08 g; Węglowodany ogółem: 216.94 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 3.25 g;	Wartość energetyczna: 2298.95 kcal; Białko ogółem: 95.82 g; Tłuszcz: 86.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 304.42 g; W tym cukry: 59.78 g; Błonnik pok.: 39.18 g; Sól: 10.01 g;	Wartość energetyczna: 2280.24 kcal; Białko ogółem: 87.74 g; Tłuszcz: 73.57 g; Kw. tł. nasy.: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 328.80 g; W tym cukry: 60.28 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 9.69 g;	Wartość energetyczna: 2456.69 kcal; Białko ogółem: 99.86 g; Tłuszcz: 89.57 g; Kw. tł. nasy.: 51.37 g; Węglowodany ogółem: 323.36 g; W tym cukry: 68.39 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 1990.71 kcal; Białko ogółem: 66.36 g; Tłuszcz: 73.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 276.29 g; W tym cukry: 46.35 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sól: 4.30 g;	Wartość energetyczna: 2533.85 kcal; Białko ogółem: 95.43 g; Tłuszcz: 89.56 g; Kw. tł. nasy.: 46.65 g; Węglowodany ogółem: 348.25 g; W tym cukry: 79.87 g; Błonnik pok.: 25.70 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2695.33 kcal; Białko ogółem: 105.50 g; Tłuszcz: 94.14 g; Kw. tł. nasy.: 50.13 g; Węglowodany ogółem: 369.36 g; W tym cukry: 76.22 g; Błonnik pok.: 34.10 g; Sól: 9.85 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-03-21 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN							Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2557.92 kcal; Białko ogółem: 98.55 g; Tłuszcz: 95.70 g; Kw. tł. nasy.: 46.49 g; Węglowodany ogółem: 342.37 g; W tym cukry: 79.00 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2454.16 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 87.60 g; Kw. tł. nasy.: 37.73 g; Węglowodany ogółem: 327.74 g; W tym cukry: 69.20 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2533.18 kcal; Białko ogółem: 101.52 g; Tłuszcz: 87.70 g; Kw. tł. nasy.: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 346.27 g; W tym cukry: 73.79 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2644.88 kcal; Białko ogółem: 107.58 g; Tłuszcz: 87.36 g; Kw. tł. nasy.: 37.73 g; Węglowodany ogółem: 370.07 g; W tym cukry: 78.00 g; Błonnik pok.: 31.31 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2387.41 kcal; Białko ogółem: 121.40 g; Tłuszcz: 120.54 g; Kw. tł. nasy.: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 212.80 g; W tym cukry: 95.68 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 3.99 g;	Wartość energetyczna: 2201.12 kcal; Białko ogółem: 138.42 g; Tłuszcz: 88.47 g; Kw. tł. nasy.: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 218.94 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2282.49 kcal; Białko ogółem: 101.65 g; Tłuszcz: 81.95 g; Kw. tł. nasy.: 37.48 g; Węglowodany ogółem: 301.04 g; W tym cukry: 64.17 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2432.43 kcal; Białko ogółem: 95.04 g; Tłuszcz: 83.20 g; Kw. tł. nasy.: 37.26 g; Węglowodany ogółem: 336.63 g; W tym cukry: 64.22 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2517.48 kcal; Białko ogółem: 88.07 g; Tłuszcz: 98.11 g; Kw. tł. nasy.: 43.08 g; Węglowodany ogółem: 324.84 g; W tym cukry: 68.96 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2014.96 kcal; Białko ogółem: 69.92 g; Tłuszcz: 80.81 g; Kw. tł. nasy.: 30.56 g; Węglowodany ogółem: 258.47 g; W tym cukry: 43.74 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sól: 3.32 g;	Wartość energetyczna: 2582.33 kcal; Białko ogółem: 93.98 g; Tłuszcz: 98.72 g; Kw. tł. nasy.: 46.98 g; Węglowodany ogółem: 341.02 g; W tym cukry: 74.85 g; Błonnik pok.: 30.54 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2804.31 kcal; Białko ogółem: 110.82 g; Tłuszcz: 104.35 g; Kw. tł. nasy.: 48.05 g; Węglowodany ogółem: 368.06 g; W tym cukry: 73.69 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sól: 9.19 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-03-22 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN							Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos pieczarkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2797.87 kcal; Białko ogółem: 111.73 g; Tłuszcz: 95.44 g; Kw. tł. nasy.: 38.50 g; Węglowodany ogółem: 383.93 g; W tym cukry: 117.72 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2611.81 kcal; Białko ogółem: 109.19 g; Tłuszcz: 83.83 g; Kw. tł. nasy.: 36.95 g; Węglowodany ogółem: 367.38 g; W tym cukry: 116.46 g; Błonnik pok.: 32.45 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2684.17 kcal; Białko ogółem: 114.85 g; Tłuszcz: 88.21 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 370.24 g; W tym cukry: 118.59 g; Błonnik pok.: 33.16 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2849.96 kcal; Białko ogółem: 118.62 g; Tłuszcz: 87.86 g; Kw. tł. nasy.: 37.97 g; Węglowodany ogółem: 411.70 g; W tym cukry: 124.55 g; Błonnik pok.: 37.97 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2490.33 kcal; Białko ogółem: 127.59 g; Tłuszcz: 115.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 241.46 g; W tym cukry: 91.51 g; Błonnik pok.: 19.95 g; Sól: 3.96 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2357.87 kcal; Białko ogółem: 122.21 g; Tłuszcz: 94.26 g; Kw. tł. nasy.: 46.56 g; Węglowodany ogółem: 270.80 g; W tym cukry: 45.82 g; Błonnik pok.: 35.20 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2519.83 kcal; Białko ogółem: 124.18 g; Tłuszcz: 90.82 g; Kw. tł. nasy.: 40.74 g; Węglowodany ogółem: 313.92 g; W tym cukry: 64.03 g; Błonnik pok.: 34.48 g; Sól: 9.18 g;	Wartość energetyczna: 2929.94 kcal; Białko ogółem: 101.76 g; Tłuszcz: 109.17 g; Kw. tł. nasy.: 40.73 g; Węglowodany ogółem: 395.46 g; W tym cukry: 121.76 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 5.38 g;	Wartość energetyczna: 2165.86 kcal; Białko ogółem: 74.49 g; Tłuszcz: 78.10 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 298.62 g; W tym cukry: 91.47 g; Błonnik pok.: 26.47 g; Sól: 3.38 g;	Wartość energetyczna: 2526.61 kcal; Białko ogółem: 101.05 g; Tłuszcz: 77.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 368.21 g; W tym cukry: 116.18 g; Błonnik pok.: 33.16 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2757.25 kcal; Białko ogółem: 130.99 g; Tłuszcz: 101.25 g; Kw. tł. nasy.: 47.24 g; Węglowodany ogółem: 345.18 g; W tym cukry: 69.98 g; Błonnik pok.: 35.25 g; Sól: 9.81 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-03-23 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa (zmielona) 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (***SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD							Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g
	PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2620.03 kcal; Białko ogółem: 105.56 g; Tłuszcz: 89.71 g; Kw. tł. nasy.: 39.63 g; Węglowodany ogółem: 363.40 g; W tym cukry: 67.85 g; Błonnik pok.: 33.98 g; Sól: 9.43 g;	Wartość energetyczna: 2414.45 kcal; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 75.01 g; Kw. tł. nasy.: 37.87 g; Węglowodany ogółem: 338.22 g; W tym cukry: 71.03 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2500.87 kcal; Białko ogółem: 108.64 g; Tłuszcz: 75.11 g; Kw. tł. nasy.: 38.31 g; Węglowodany ogółem: 357.04 g; W tym cukry: 65.62 g; Błonnik pok.: 27.35 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2681.38 kcal; Białko ogółem: 117.39 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw. tł. nasy.: 36.03 g; Węglowodany ogółem: 399.51 g; W tym cukry: 73.86 g; Błonnik pok.: 30.94 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 2384.98 kcal; Białko ogółem: 120.20 g; Tłuszcz: 118.54 g; Kw. tł. nasy.: 29.74 g; Węglowodany ogółem: 218.62 g; W tym cukry: 95.75 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.89 g;	Wartość energetyczna: 2201.12 kcal; Białko ogółem: 138.42 g; Tłuszcz: 88.47 g; Kw. tł. nasy.: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 218.94 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2434.80 kcal; Białko ogółem: 102.83 g; Tłuszcz: 84.22 g; Kw. tł. nasy.: 38.59 g; Węglowodany ogółem: 333.41 g; W tym cukry: 67.33 g; Błonnik pok.: 35.06 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2416.52 kcal; Białko ogółem: 101.49 g; Tłuszcz: 71.52 g; Kw. tł. nasy.: 37.53 g; Węglowodany ogółem: 351.16 g; W tym cukry: 64.17 g; Błonnik pok.: 26.86 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2600.43 kcal; Białko ogółem: 78.92 g; Tłuszcz: 97.02 g; Kw. tł. nasy.: 45.19 g; Węglowodany ogółem: 368.40 g; W tym cukry: 72.73 g; Błonnik pok.: 34.73 g; Sól: 9.29 g;	Wartość energetyczna: 1968.35 kcal; Białko ogółem: 70.64 g; Tłuszcz: 73.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.16 g; Węglowodany ogółem: 263.72 g; W tym cukry: 43.02 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2560.37 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 86.11 g; Kw. tł. nasy.: 46.38 g; Węglowodany ogółem: 354.64 g; W tym cukry: 66.12 g; Błonnik pok.: 27.35 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2760.40 kcal; Białko ogółem: 108.32 g; Tłuszcz: 90.29 g; Kw. tł. nasy.: 49.81 g; Węglowodany ogółem: 389.44 g; W tym cukry: 81.31 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Sól: 10.17 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-03-24 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet z jaj 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***SEZ,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2508.11 kcal; Białko ogółem: 121.70 g; Tłuszcz: 106.21 g; Kw. tł. nasy.: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 277.16 g; W tym cukry: 54.09 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2418.07 kcal; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 295.52 g; W tym cukry: 63.09 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2368.17 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 297.70 g; W tym cukry: 65.22 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2565.12 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 386.40 g; W tym cukry: 86.76 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2485.08 kcal; Białko ogółem: 134.01 g; Tłuszcz: 106.90 g; Kw. tł. nasy.: 50.87 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 43.07 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2470.43 kcal; Białko ogółem: 124.73 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 294.88 g; W tym cukry: 56.27 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2504.52 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 101.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 329.16 g; W tym cukry: 66.65 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2266.27 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 271.01 g; W tym cukry: 54.39 g; Błonnik pok.: 15.90 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2500.51 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; Tłuszcz: 101.19 g; Kw. tł. nasy.: 47.31 g; Węglowodany ogółem: 286.42 g; W tym cukry: 63.17 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2639.98 kcal; Białko ogółem: 136.75 g; Tłuszcz: 106.82 g; Kw. tł. nasy.: 48.39 g; Węglowodany ogółem: 292.85 g; W tym cukry: 45.03 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 10.12 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-03-25 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN							Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g (***JAJ, GÓR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
	PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2615.94 kcal; Białko ogółem: 112.55 g; Tłuszcz: 89.76 g; Kw. tł. nasy.: 41.75 g; Węglowodany ogółem: 350.20 g; W tym cukry: 67.64 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2648.54 kcal; Białko ogółem: 110.45 g; Tłuszcz: 89.43 g; Kw. tł. nasy.: 41.71 g; Węglowodany ogółem: 360.92 g; W tym cukry: 70.08 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2615.11 kcal; Białko ogółem: 108.17 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 378.15 g; W tym cukry: 90.42 g; Błonnik pok.: 23.32 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2670.27 kcal; Białko ogółem: 108.77 g; Tłuszcz: 74.25 g; Kw. tł. nasy.: 35.43 g; Węglowodany ogółem: 399.58 g; W tym cukry: 97.67 g; Błonnik pok.: 24.25 g; Sól: 6.36 g;	Wartość energetyczna: 2390.84 kcal; Białko ogółem: 122.64 g; Tłuszcz: 120.84 g; Kw. tł. nasy.: 30.00 g; Węglowodany ogółem: 211.72 g; W tym cukry: 95.64 g; Błonnik pok.: 17.81 g; Sól: 3.98 g;	Wartość energetyczna: 2201.12 kcal; Białko ogółem: 138.42 g; Tłuszcz: 88.47 g; Kw. tł. nasy.: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 218.94 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2553.12 kcal; Białko ogółem: 113.26 g; Tłuszcz: 91.55 g; Kw. tł. nasy.: 42.54 g; Węglowodany ogółem: 333.35 g; W tym cukry: 66.53 g; Błonnik pok.: 29.19 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 2647.27 kcal; Białko ogółem: 105.22 g; Tłuszcz: 75.24 g; Kw. tł. nasy.: 38.78 g; Węglowodany ogółem: 394.45 g; W tym cukry: 91.01 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 8.68 g;	Wartość energetyczna: 2588.37 kcal; Białko ogółem: 83.12 g; Tłuszcz: 94.80 g; Kw. tł. nasy.: 44.32 g; Węglowodany ogółem: 360.76 g; W tym cukry: 69.72 g; Błonnik pok.: 25.95 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2181.34 kcal; Białko ogółem: 73.19 g; Tłuszcz: 82.47 g; Kw. tł. nasy.: 34.22 g; Węglowodany ogółem: 290.93 g; W tym cukry: 45.17 g; Błonnik pok.: 16.35 g; Sól: 3.79 g;	Wartość energetyczna: 2635.21 kcal; Białko ogółem: 103.53 g; Tłuszcz: 87.87 g; Kw. tł. nasy.: 45.12 g; Węglowodany ogółem: 363.15 g; W tym cukry: 90.71 g; Błonnik pok.: 22.35 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2953.60 kcal; Białko ogółem: 115.50 g; Tłuszcz: 94.73 g; Kw. tł. nasy.: 50.19 g; Węglowodany ogółem: 417.03 g; W tym cukry: 107.91 g; Błonnik pok.: 25.80 g; Sól: 9.43 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-03-31 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-03-26 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - wielowarzywna z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz z soczewicy i papryki () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jaglana na sypko 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 150 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2534.36 kcal; Białko ogółem: 108.18 g; Tłuszcz: 88.80 g; Kw. tł. nasy.: 39.47 g; Węglowodany ogółem: 340.13 g; W tym cukry: 64.57 g; Błonnik pok.: 35.16 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2441.78 kcal; Białko ogółem: 103.75 g; Tłuszcz: 80.86 g; Kw. tł. nasy.: 35.33 g; Węglowodany ogółem: 339.44 g; W tym cukry: 69.78 g; Błonnik pok.: 35.06 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2505.46 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 81.37 g; Kw. tł. nasy.: 35.87 g; Węglowodany ogółem: 355.01 g; W tym cukry: 69.44 g; Błonnik pok.: 37.28 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2734.24 kcal; Białko ogółem: 112.04 g; Tłuszcz: 81.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.42 g; Węglowodany ogółem: 407.10 g; W tym cukry: 73.63 g; Błonnik pok.: 40.87 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2313.35 kcal; Białko ogółem: 120.17 g; Tłuszcz: 113.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 208.70 g; W tym cukry: 91.86 g; Błonnik pok.: 19.70 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2486.23 kcal; Białko ogółem: 108.97 g; Tłuszcz: 81.17 g; Kw. tł. nasy.: 37.43 g; Węglowodany ogółem: 348.80 g; W tym cukry: 76.99 g; Błonnik pok.: 42.52 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2663.70 kcal; Białko ogółem: 102.36 g; Tłuszcz: 81.53 g; Kw. tł. nasy.: 37.16 g; Węglowodany ogółem: 397.16 g; W tym cukry: 78.62 g; Błonnik pok.: 41.30 g; Sól: 10.15 g;	Wartość energetyczna: 2425.95 kcal; Białko ogółem: 83.17 g; Tłuszcz: 75.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 368.05 g; W tym cukry: 65.85 g; Błonnik pok.: 36.41 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2000.45 kcal; Białko ogółem: 72.36 g; Tłuszcz: 74.92 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 267.82 g; W tym cukry: 44.42 g; Błonnik pok.: 26.77 g; Sól: 3.55 g;	Wartość energetyczna: 2504.20 kcal; Białko ogółem: 98.69 g; Tłuszcz: 86.05 g; Kw. tł. nasy.: 37.98 g; Węglowodany ogółem: 347.92 g; W tym cukry: 66.46 g; Błonnik pok.: 35.00 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2920.77 kcal; Białko ogółem: 112.09 g; Tłuszcz: 93.13 g; Kw. tł. nasy.: 43.07 g; Węglowodany ogółem: 423.93 g; W tym cukry: 92.15 g; Błonnik pok.: 38.44 g; Sól: 11.00 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-03-27 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN							Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka szwedzka () 100 g (***GOR,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 350 g Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka. () 100 g (***SEL,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka. () 100 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka. () 100 g (***SEL,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka. () 100 g (***SEL,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka. () 100 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2451.47 kcal; Białko ogółem: 110.11 g; Tłuszcz: 80.08 g; Kw. tł. nasy.: 38.77 g; Węglowodany ogółem: 334.60 g; W tym cukry: 82.74 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 2432.18 kcal; Białko ogółem: 109.96 g; Tłuszcz: 80.34 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 323.13 g; W tym cukry: 73.93 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2389.60 kcal; Białko ogółem: 97.90 g; Tłuszcz: 73.64 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 340.19 g; W tym cukry: 76.59 g; Błonnik pok.: 20.54 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2499.00 kcal; Białko ogółem: 104.84 g; Tłuszcz: 73.47 g; Kw. tł. nasy.: 35.11 g; Węglowodany ogółem: 362.13 g; W tym cukry: 80.86 g; Błonnik pok.: 21.76 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2459.56 kcal; Białko ogółem: 123.31 g; Tłuszcz: 117.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.53 g; Węglowodany ogółem: 233.27 g; W tym cukry: 95.17 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 3.97 g;	Wartość energetyczna: 2201.12 kcal; Białko ogółem: 138.42 g; Tłuszcz: 88.47 g; Kw. tł. nasy.: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 218.94 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2382.19 kcal; Białko ogółem: 116.05 g; Tłuszcz: 80.69 g; Kw. tł. nasy.: 39.91 g; Węglowodany ogółem: 310.86 g; W tym cukry: 63.93 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2467.30 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 73.82 g; Kw. tł. nasy.: 36.59 g; Węglowodany ogółem: 360.09 g; W tym cukry: 72.40 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 2243.93 kcal; Białko ogółem: 85.01 g; Tłuszcz: 73.92 g; Kw. tł. nasy.: 42.45 g; Węglowodany ogółem: 315.24 g; W tym cukry: 90.12 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 2006.36 kcal; Białko ogółem: 77.76 g; Tłuszcz: 76.26 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 254.82 g; W tym cukry: 51.36 g; Błonnik pok.: 16.68 g; Sól: 2.59 g;	Wartość energetyczna: 2679.41 kcal; Białko ogółem: 108.40 g; Tłuszcz: 109.02 g; Kw. tł. nasy.: 48.03 g; Węglowodany ogółem: 322.38 g; W tym cukry: 71.43 g; Błonnik pok.: 20.10 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 3062.06 kcal; Białko ogółem: 121.80 g; Tłuszcz: 116.10 g; Kw. tł. nasy.: 53.12 g; Węglowodany ogółem: 389.92 g; W tym cukry: 88.63 g; Błonnik pok.: 23.55 g; Sól: 10.71 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-03-28 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemn () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD. () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g (***SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2666.54 kcal; Białko ogółem: 96.87 g; Tłuszcz: 94.46 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 366.30 g; W tym cukry: 81.78 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2477.17 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 78.84 g; Kw. tł. nasy.: 37.30 g; Węglowodany ogółem: 348.50 g; W tym cukry: 80.44 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2555.71 kcal; Białko ogółem: 101.87 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw. tł. nasy.: 37.74 g; Węglowodany ogółem: 366.94 g; W tym cukry: 85.00 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2687.06 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 78.57 g; Kw. tł. nasy.: 37.31 g; Węglowodany ogółem: 395.66 g; W tym cukry: 88.59 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 2381.92 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 113.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 225.74 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 18.96 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2568.55 kcal; Białko ogółem: 110.08 g; Tłuszcz: 94.09 g; Kw. tł. nasy.: 40.24 g; Węglowodany ogółem: 328.93 g; W tym cukry: 53.37 g; Błonnik pok.: 46.74 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2579.48 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 83.10 g; Kw. tł. nasy.: 41.19 g; Węglowodany ogółem: 355.72 g; W tym cukry: 55.31 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2697.69 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 95.73 g; Kw. tł. nasy.: 42.86 g; Węglowodany ogółem: 380.30 g; W tym cukry: 86.97 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2024.59 kcal; Białko ogółem: 64.30 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 281.64 g; W tym cukry: 55.12 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sól: 2.89 g;	Wartość energetyczna: 2623.68 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Tłuszcz: 89.60 g; Kw. tł. nasy.: 45.05 g; Węglowodany ogółem: 364.74 g; W tym cukry: 81.59 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2961.90 kcal; Białko ogółem: 129.56 g; Tłuszcz: 101.99 g; Kw. tł. nasy.: 50.15 g; Węglowodany ogółem: 392.26 g; W tym cukry: 60.06 g; Błonnik pok.: 32.38 g; Sól: 10.11 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-03-31 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-03-29 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)					Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2778.78 kcal; Białko ogółem: 101.78 g; Tłuszcz: 100.40 g; Kw. tł. nasy.: 37.26 g; Węglowodany ogółem: 375.26 g; W tym cukry: 73.15 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2585.18 kcal; Białko ogółem: 101.84 g; Tłuszcz: 78.32 g; Kw. tł. nasy.: 35.92 g; Węglowodany ogółem: 377.81 g; W tym cukry: 81.93 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 5.79 g;	Wartość energetyczna: 2658.07 kcal; Białko ogółem: 107.55 g; Tłuszcz: 82.70 g; Kw. tł. nasy.: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 380.76 g; W tym cukry: 84.08 g; Błonnik pok.: 29.09 g; Sól: 6.90 g;	Wartość energetyczna: 2839.03 kcal; Białko ogółem: 111.52 g; Tłuszcz: 82.85 g; Kw. tł. nasy.: 37.17 g; Węglowodany ogółem: 423.56 g; W tym cukry: 89.58 g; Błonnik pok.: 31.73 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2497.39 kcal; Białko ogółem: 127.14 g; Tłuszcz: 116.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 240.48 g; W tym cukry: 94.52 g; Błonnik pok.: 17.88 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2217.92 kcal; Białko ogółem: 140.01 g; Tłuszcz: 86.30 g; Kw. tł. nasy.: 39.95 g; Węglowodany ogółem: 224.75 g; W tym cukry: 77.25 g; Błonnik pok.: 13.82 g; Sól: 2.61 g;	Wartość energetyczna: 2443.91 kcal; Białko ogółem: 122.60 g; Tłuszcz: 81.69 g; Kw. tł. nasy.: 37.02 g; Węglowodany ogółem: 320.21 g; W tym cukry: 67.27 g; Błonnik pok.: 35.71 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2672.46 kcal; Białko ogółem: 121.98 g; Tłuszcz: 82.88 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 372.83 g; W tym cukry: 83.51 g; Błonnik pok.: 33.22 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 2597.36 kcal; Białko ogółem: 82.79 g; Tłuszcz: 83.87 g; Kw. tł. nasy.: 35.74 g; Węglowodany ogółem: 386.21 g; W tym cukry: 74.67 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2095.76 kcal; Białko ogółem: 65.72 g; Tłuszcz: 69.65 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 307.26 g; W tym cukry: 53.58 g; Błonnik pok.: 22.80 g; Sól: 2.80 g;	Wartość energetyczna: 2494.67 kcal; Białko ogółem: 95.06 g; Tłuszcz: 73.15 g; Kw. tł. nasy.: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 374.20 g; W tym cukry: 83.99 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 2830.26 kcal; Białko ogółem: 125.78 g; Tłuszcz: 81.04 g; Kw. tł. nasy.: 39.32 g; Węglowodany ogółem: 413.32 g; W tym cukry: 99.88 g; Błonnik pok.: 34.73 g; Sól: 9.17 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-03-30 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN							Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek ()z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ()z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ()z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ()z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ()z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD							Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami (). 100 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami (). 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami (). 100 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami (). 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami (). 100 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2532.82 kcal; Białko ogółem: 99.58 g; Tłuszcz: 78.90 g; Kw. tł. nasy.: 40.45 g; Węglowodany ogółem: 368.37 g; W tym cukry: 68.76 g; Błonnik pok.: 36.52 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 2382.96 kcal; Białko ogółem: 89.10 g; Tłuszcz: 73.21 g; Kw. tł. nasy.: 39.88 g; Węglowodany ogółem: 352.08 g; W tym cukry: 70.79 g; Błonnik pok.: 23.87 g; Sól: 5.63 g;	Wartość energetyczna: 2482.71 kcal; Białko ogółem: 89.62 g; Tłuszcz: 72.96 g; Kw. tł. nasy.: 39.79 g; Węglowodany ogółem: 374.28 g; W tym cukry: 83.78 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 2508.03 kcal; Białko ogółem: 96.21 g; Tłuszcz: 67.14 g; Kw. tł. nasy.: 36.67 g; Węglowodany ogółem: 388.68 g; W tym cukry: 90.22 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2409.10 kcal; Białko ogółem: 123.01 g; Tłuszcz: 118.84 g; Kw. tł. nasy.: 29.86 g; Węglowodany ogółem: 221.98 g; W tym cukry: 100.40 g; Błonnik pok.: 20.89 g; Sól: 4.93 g;	Wartość energetyczna: 2201.12 kcal; Białko ogółem: 138.42 g; Tłuszcz: 88.47 g; Kw. tł. nasy.: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 218.94 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2425.93 kcal; Białko ogółem: 107.25 g; Tłuszcz: 81.23 g; Kw. tł. nasy.: 42.93 g; Węglowodany ogółem: 331.42 g; W tym cukry: 53.50 g; Błonnik pok.: 40.08 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2435.71 kcal; Białko ogółem: 95.08 g; Tłuszcz: 75.20 g; Kw. tł. nasy.: 42.43 g; Węglowodany ogółem: 352.93 g; W tym cukry: 54.75 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2504.62 kcal; Białko ogółem: 87.42 g; Tłuszcz: 83.68 g; Kw. tł. nasy.: 47.35 g; Węglowodany ogółem: 361.78 g; W tym cukry: 65.72 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 1943.02 kcal; Białko ogółem: 55.87 g; Tłuszcz: 67.27 g; Kw. tł. nasy.: 32.69 g; Węglowodany ogółem: 282.54 g; W tym cukry: 44.15 g; Błonnik pok.: 15.48 g; Sól: 1.84 g;	Wartość energetyczna: 2556.17 kcal; Białko ogółem: 73.02 g; Tłuszcz: 88.34 g; Kw. tł. nasy.: 53.47 g; Węglowodany ogółem: 375.75 g; W tym cukry: 77.33 g; Błonnik pok.: 23.02 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2812.86 kcal; Białko ogółem: 101.12 g; Tłuszcz: 100.41 g; Kw. tł. nasy.: 58.54 g; Węglowodany ogółem: 387.28 g; W tym cukry: 56.58 g; Błonnik pok.: 27.98 g; Sól: 10.11 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-03-31 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Chrzan ze śmietaną 20 g (***MLE, S02,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g
	II ŚN							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Obiad	Żurek z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ćwikła z jabłkiem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany -zmielony 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Żurek z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Ćwikła z jabłkiem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Żurek z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ćwikła z jabłkiem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Ziemniaki gotowane () 200 g Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Żurek z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Żurek z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD							Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt(***może zawierać: MLE,***)			Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***)
		Wartość energetyczna: 2313.74 kcal; Białko ogółem: 104.55 g; Tłuszcz: 64.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 341.02 g; W tym cukry: 73.27 g; Błonnik pok.: 28.85 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2265.30 kcal; Białko ogółem: 103.06 g; Tłuszcz: 61.80 g; Kw. tł. nasy.: 30.64 g; Węglowodany ogółem: 335.13 g; W tym cukry: 66.94 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2448.82 kcal; Białko ogółem: 109.55 g; Tłuszcz: 70.20 g; Kw. tł. nasy.: 35.17 g; Węglowodany ogółem: 356.36 g; W tym cukry: 66.73 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2858.11 kcal; Białko ogółem: 129.35 g; Tłuszcz: 76.90 g; Kw. tł. nasy.: 38.77 g; Węglowodany ogółem: 424.94 g; W tym cukry: 86.68 g; Błonnik pok.: 27.63 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2431.22 kcal; Białko ogółem: 121.64 g; Tłuszcz: 114.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 235.14 g; W tym cukry: 93.23 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 4.03 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2290.64 kcal; Białko ogółem: 119.52 g; Tłuszcz: 69.01 g; Kw. tł. nasy.: 36.00 g; Węglowodany ogółem: 312.89 g; W tym cukry: 61.38 g; Błonnik pok.: 36.32 g; Sól: 9.55 g;	Wartość energetyczna: 2537.66 kcal; Białko ogółem: 119.98 g; Tłuszcz: 73.26 g; Kw. tł. nasy.: 40.21 g; Węglowodany ogółem: 361.03 g; W tym cukry: 56.80 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 10.83 g;	Wartość energetyczna: 2600.45 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz: 94.30 g; Kw. tł. nasy.: 44.57 g; Węglowodany ogółem: 361.91 g; W tym cukry: 71.92 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 1972.36 kcal; Białko ogółem: 80.34 g; Tłuszcz: 59.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.61 g; Węglowodany ogółem: 284.73 g; W tym cukry: 58.29 g; Błonnik pok.: 18.49 g; Sól: 4.89 g;	Wartość energetyczna: 2328.07 kcal; Białko ogółem: 102.87 g; Tłuszcz: 62.32 g; Kw. tł. nasy.: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 349.93 g; W tym cukry: 69.90 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 2391.91 kcal; Białko ogółem: 109.90 g; Tłuszcz: 64.88 g; Kw. tł. nasy.: 36.08 g; Węglowodany ogółem: 353.90 g; W tym cukry: 56.47 g; Błonnik pok.: 30.56 g; Sól: 11.56 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-01 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g Babka piaskowa 50 g (***GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g Babka piaskowa 50 g (***GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Babka piaskowa 50 g (***GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Babka piaskowa 50 g (***GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g Babka piaskowa 50 g (***GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Babka piaskowa 50 g (***GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN							Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (***SOJ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Brokuł gotowany* 200 g	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***)	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 3104.52 kcal; Białko ogółem: 141.78 g; Tłuszcz: 130.33 g; Kw. tł. nasy.: 55.38 g; Węglowodany ogółem: 354.92 g; W tym cukry: 96.78 g; Błonnik pok.: 30.41 g; Sól: 9.63 g;	Wartość energetyczna: 2837.20 kcal; Białko ogółem: 144.13 g; Tłuszcz: 102.90 g; Kw. tł. nasy.: 46.58 g; Węglowodany ogółem: 343.58 g; W tym cukry: 92.05 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2841.86 kcal; Białko ogółem: 136.75 g; Tłuszcz: 100.49 g; Kw. tł. nasy.: 45.56 g; Węglowodany ogółem: 357.93 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2712.73 kcal; Białko ogółem: 116.51 g; Tłuszcz: 77.51 g; Kw. tł. nasy.: 38.89 g; Węglowodany ogółem: 400.83 g; W tym cukry: 111.38 g; Błonnik pok.: 33.56 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2512.11 kcal; Białko ogółem: 127.98 g; Tłuszcz: 117.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 244.43 g; W tym cukry: 96.06 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sól: 4.93 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2697.26 kcal; Białko ogółem: 142.06 g; Tłuszcz: 106.53 g; Kw. tł. nasy.: 51.33 g; Węglowodany ogółem: 308.78 g; W tym cukry: 61.28 g; Błonnik pok.: 33.15 g; Sól: 9.64 g;	Wartość energetyczna: 2675.47 kcal; Białko ogółem: 132.18 g; Tłuszcz: 89.85 g; Kw. tł. nasy.: 42.82 g; Węglowodany ogółem: 345.06 g; W tym cukry: 73.73 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 2691.63 kcal; Białko ogółem: 105.08 g; Tłuszcz: 94.23 g; Kw. tł. nasy.: 47.32 g; Węglowodany ogółem: 363.41 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 34.92 g; Sól: 7.56 g;	Wartość energetyczna: 2229.93 kcal; Białko ogółem: 106.85 g; Tłuszcz: 87.91 g; Kw. tł. nasy.: 36.42 g; Węglowodany ogółem: 257.47 g; W tym cukry: 48.28 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 4.25 g;	Wartość energetyczna: 2917.16 kcal; Białko ogółem: 139.63 g; Tłuszcz: 113.80 g; Kw. tł. nasy.: 53.74 g; Węglowodany ogółem: 345.09 g; W tym cukry: 101.95 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 3069.65 kcal; Białko ogółem: 157.98 g; Tłuszcz: 113.18 g; Kw. tł. nasy.: 53.42 g; Węglowodany ogółem: 368.10 g; W tym cukry: 82.11 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 11.87 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-02 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (***SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g (***SOJ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)					Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami (). 100 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami (). 100 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami (). 100 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	PN	Rogal maślany 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Rogal maślany 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Rogal maślany 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2637.50 kcal; Białko ogółem: 95.12 g; Tłuszcz: 88.30 g; Kw. tł. nasy.: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 381.13 g; W tym cukry: 82.87 g; Błonnik pok.: 37.35 g; Sól: 9.39 g;	Wartość energetyczna: 2468.17 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz: 81.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.10 g; Węglowodany ogółem: 359.75 g; W tym cukry: 79.59 g; Błonnik pok.: 33.18 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2494.81 kcal; Białko ogółem: 99.12 g; Tłuszcz: 79.43 g; Kw. tł. nasy.: 37.45 g; Węglowodany ogółem: 357.11 g; W tym cukry: 70.66 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sól: 9.79 g;	Wartość energetyczna: 2723.59 kcal; Białko ogółem: 107.43 g; Tłuszcz: 79.12 g; Kw. tł. nasy.: 37.00 g; Węglowodany ogółem: 409.20 g; W tym cukry: 74.85 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sól: 9.55 g;	Wartość energetyczna: 2455.65 kcal; Białko ogółem: 124.68 g; Tłuszcz: 119.33 g; Kw. tł. nasy.: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 230.34 g; W tym cukry: 101.42 g; Błonnik pok.: 21.24 g; Sól: 4.27 g;	Wartość energetyczna: 2201.12 kcal; Białko ogółem: 138.42 g; Tłuszcz: 88.47 g; Kw. tł. nasy.: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 218.94 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2270.95 kcal; Białko ogółem: 93.38 g; Tłuszcz: 78.54 g; Kw. tł. nasy.: 36.26 g; Węglowodany ogółem: 318.79 g; W tym cukry: 70.38 g; Błonnik pok.: 44.71 g; Sól: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2331.12 kcal; Białko ogółem: 97.53 g; Tłuszcz: 77.57 g; Kw. tł. nasy.: 38.90 g; Węglowodany ogółem: 324.00 g; W tym cukry: 63.29 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 11.09 g;	Wartość energetyczna: 2536.70 kcal; Białko ogółem: 79.68 g; Tłuszcz: 88.53 g; Kw. tł. nasy.: 46.11 g; Węglowodany ogółem: 368.41 g; W tym cukry: 79.53 g; Błonnik pok.: 31.83 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 1866.19 kcal; Białko ogółem: 50.42 g; Tłuszcz: 74.24 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 259.09 g; W tym cukry: 58.31 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2509.94 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; Tłuszcz: 82.99 g; Kw. tł. nasy.: 36.53 g; Węglowodany ogółem: 365.72 g; W tym cukry: 77.05 g; Błonnik pok.: 31.58 g; Sól: 9.75 g;	Wartość energetyczna: 2656.00 kcal; Białko ogółem: 99.61 g; Tłuszcz: 88.42 g; Kw. tł. nasy.: 42.01 g; Węglowodany ogółem: 379.67 g; W tym cukry: 87.63 g; Błonnik pok.: 34.78 g; Sól: 11.46 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-03 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN							Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw () 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (***MLE,***)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (***MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 3001.16 kcal; Białko ogółem: 114.67 g; Tłuszcz: 110.03 g; Kw. tł. nasy.: 52.55 g; Węglowodany ogółem: 403.91 g; W tym cukry: 83.84 g; Błonnik pok.: 33.80 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 2425.88 kcal; Białko ogółem: 99.33 g; Tłuszcz: 72.21 g; Kw. tł. nasy.: 40.80 g; Węglowodany ogółem: 355.89 g; W tym cukry: 82.98 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2420.66 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 40.77 g; Węglowodany ogółem: 351.01 g; W tym cukry: 70.62 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 8.59 g;	Wartość energetyczna: 2456.73 kcal; Białko ogółem: 106.38 g; Tłuszcz: 65.97 g; Kw. tł. nasy.: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 369.43 g; W tym cukry: 77.61 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 8.01 g;	Wartość energetyczna: 2533.91 kcal; Białko ogółem: 128.05 g; Tłuszcz: 123.20 g; Kw. tł. nasy.: 30.65 g; Węglowodany ogółem: 238.82 g; W tym cukry: 100.62 g; Błonnik pok.: 21.90 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2201.12 kcal; Białko ogółem: 138.42 g; Tłuszcz: 88.47 g; Kw. tł. nasy.: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 218.94 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2461.85 kcal; Białko ogółem: 105.31 g; Tłuszcz: 87.58 g; Kw. tł. nasy.: 46.64 g; Węglowodany ogółem: 332.34 g; W tym cukry: 62.39 g; Błonnik pok.: 36.61 g; Sól: 9.75 g;	Wartość energetyczna: 2263.52 kcal; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz: 63.30 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 340.98 g; W tym cukry: 66.11 g; Błonnik pok.: 29.36 g; Sól: 9.48 g;	Wartość energetyczna: 2610.57 kcal; Białko ogółem: 98.60 g; Tłuszcz: 92.28 g; Kw. tł. nasy.: 49.49 g; Węglowodany ogółem: 362.33 g; W tym cukry: 95.00 g; Błonnik pok.: 34.37 g; Sól: 5.78 g;	Wartość energetyczna: 2014.77 kcal; Białko ogółem: 69.37 g; Tłuszcz: 68.16 g; Kw. tł. nasy.: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 286.45 g; W tym cukry: 58.46 g; Błonnik pok.: 18.45 g; Sól: 4.29 g;	Wartość energetyczna: 2420.66 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 40.77 g; Węglowodany ogółem: 351.01 g; W tym cukry: 70.62 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 8.59 g;	Wartość energetyczna: 2557.73 kcal; Białko ogółem: 107.69 g; Tłuszcz: 72.18 g; Kw. tł. nasy.: 40.26 g; Węglowodany ogółem: 380.57 g; W tym cukry: 84.73 g; Błonnik pok.: 31.48 g; Sól: 9.86 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-04 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN							Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Jabłko pieczone 150 g				Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g (***JAJ, GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto wegetariańskie z tofu() 350 g (***SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g (***JAJ, GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
	PN	Serek Almette mini 30g 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek Almette mini 30g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek Almette mini 30g 1 szt (***MLE,***)	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Serek Almette mini 30g 1 szt (***MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g Serek Almette mini 30g 1 szt (***MLE,***)	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Serek Almette mini 30g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek Almette mini 30g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2746.71 kcal; Białko ogółem: 110.99 g; Tłuszcz: 101.52 g; Kw. tł. nasy.: 44.77 g; Węglowodany ogółem: 360.55 g; W tym cukry: 69.09 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2640.76 kcal; Białko ogółem: 107.18 g; Tłuszcz: 93.91 g; Kw. tł. nasy.: 43.39 g; Węglowodany ogółem: 352.69 g; W tym cukry: 67.48 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2721.94 kcal; Białko ogółem: 106.21 g; Tłuszcz: 93.59 g; Kw. tł. nasy.: 43.22 g; Węglowodany ogółem: 370.18 g; W tym cukry: 85.33 g; Błonnik pok.: 24.15 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2737.14 kcal; Białko ogółem: 111.38 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 37.71 g; Węglowodany ogółem: 387.65 g; W tym cukry: 89.60 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2490.34 kcal; Białko ogółem: 128.22 g; Tłuszcz: 117.06 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 239.64 g; W tym cukry: 96.10 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2282.97 kcal; Białko ogółem: 98.40 g; Tłuszcz: 90.69 g; Kw. tł. nasy.: 41.25 g; Węglowodany ogółem: 282.43 g; W tym cukry: 31.36 g; Błonnik pok.: 30.91 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2413.91 kcal; Białko ogółem: 89.92 g; Tłuszcz: 85.92 g; Kw. tł. nasy.: 40.15 g; Węglowodany ogółem: 328.81 g; W tym cukry: 65.28 g; Błonnik pok.: 28.50 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2916.00 kcal; Białko ogółem: 96.14 g; Tłuszcz: 123.19 g; Kw. tł. nasy.: 44.07 g; Węglowodany ogółem: 363.99 g; W tym cukry: 70.24 g; Błonnik pok.: 27.94 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2155.59 kcal; Białko ogółem: 70.36 g; Tłuszcz: 87.32 g; Kw. tł. nasy.: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 277.83 g; W tym cukry: 42.74 g; Błonnik pok.: 18.87 g; Sól: 3.12 g;	Wartość energetyczna: 2741.96 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz: 102.92 g; Kw. tł. nasy.: 49.44 g; Węglowodany ogółem: 364.08 g; W tym cukry: 82.98 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2756.93 kcal; Białko ogółem: 98.03 g; Tłuszcz: 103.30 g; Kw. tł. nasy.: 50.51 g; Węglowodany ogółem: 366.01 g; W tym cukry: 64.83 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 8.71 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-05 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mandarynka 150 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mandarynka 150 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN							Mandarynka 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem. (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2769.59 kcal; Białko ogółem: 114.57 g; Tłuszcz: 98.04 g; Kw. tł. nasy.: 40.16 g; Węglowodany ogółem: 370.43 g; W tym cukry: 88.41 g; Błonnik pok.: 31.41 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2516.03 kcal; Białko ogółem: 112.50 g; Tłuszcz: 82.01 g; Kw. tł. nasy.: 39.12 g; Węglowodany ogółem: 342.33 g; W tym cukry: 76.26 g; Błonnik pok.: 25.02 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2604.07 kcal; Białko ogółem: 119.14 g; Tłuszcz: 87.54 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 345.85 g; W tym cukry: 77.08 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2763.01 kcal; Białko ogółem: 120.57 g; Tłuszcz: 87.14 g; Kw. tł. nasy.: 39.28 g; Węglowodany ogółem: 386.06 g; W tym cukry: 80.68 g; Błonnik pok.: 27.08 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2539.65 kcal; Białko ogółem: 127.80 g; Tłuszcz: 120.94 g; Kw. tł. nasy.: 30.53 g; Węglowodany ogółem: 245.08 g; W tym cukry: 104.25 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 5.09 g;	Wartość energetyczna: 2201.12 kcal; Białko ogółem: 138.42 g; Tłuszcz: 88.47 g; Kw. tł. nasy.: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 218.94 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2397.58 kcal; Białko ogółem: 118.21 g; Tłuszcz: 91.61 g; Kw. tł. nasy.: 46.83 g; Węglowodany ogółem: 291.53 g; W tym cukry: 63.71 g; Błonnik pok.: 32.58 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2540.23 kcal; Białko ogółem: 126.27 g; Tłuszcz: 88.26 g; Kw. tł. nasy.: 40.63 g; Węglowodany ogółem: 320.03 g; W tym cukry: 65.23 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 2811.66 kcal; Białko ogółem: 102.02 g; Tłuszcz: 105.53 g; Kw. tł. nasy.: 42.00 g; Węglowodany ogółem: 375.56 g; W tym cukry: 92.13 g; Błonnik pok.: 31.08 g; Sól: 5.94 g;	Wartość energetyczna: 2063.72 kcal; Białko ogółem: 76.44 g; Tłuszcz: 75.90 g; Kw. tł. nasy.: 31.88 g; Węglowodany ogółem: 272.95 g; W tym cukry: 49.47 g; Błonnik pok.: 16.64 g; Sól: 2.73 g;	Wartość energetyczna: 2426.42 kcal; Białko ogółem: 103.48 g; Tłuszcz: 75.84 g; Kw. tł. nasy.: 35.97 g; Węglowodany ogółem: 343.33 g; W tym cukry: 76.11 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2781.66 kcal; Białko ogółem: 132.83 g; Tłuszcz: 98.79 g; Kw. tł. nasy.: 49.27 g; Węglowodany ogółem: 353.32 g; W tym cukry: 76.31 g; Błonnik pok.: 28.19 g; Sól: 9.65 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-06 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ.***) Musztarda 20 g (***GOR.***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.***) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.***) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE.***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ. SOJ. MLE.***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Tofu 50 g (***SOJ.***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.***) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE.***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE.***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE.***)					Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ. SEL.***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ.***) Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ.***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ. SEL.***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE. SEL.***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ.***) Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ.***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ. SEL.***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE. SEL.***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ.***) Bitka wołowa - zmielona 100 g (***GLU PSZ.***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ. SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ. SEL.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ. SEL.***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ.***) Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ.***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ. SEL.***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE. SEL.***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ.***) Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ.***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ. SEL.***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ. SEL.***) Kaszotto jęczmienne z warzywami i soczewicą wegetariańskie () 350 g (***SEL. GLU JĘCZ.***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE. SEL.***) Ryż na sypko 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE. SEL.***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ.***) Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ.***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ. SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 80 g (***SEL.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL.***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ. SEL.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL.***)	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ. JAJ. SEL.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL.***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE.***) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 80 g (***SEL.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL.***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ. GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL.***)
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE.***)						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ. MLE.***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE.***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ. MLE. GLU ŻYT.***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE.***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt(***może zawierać: MLE.***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ. MLE. GLU ŻYT.***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE.***)
		Wartość energetyczna: 2918.80 kcal; Białko ogółem: 120.11 g; Tłuszcz: 107.90 g; Kw. tł. nasy.: 43.17 g; Węglowodany ogółem: 380.76 g; W tym cukry: 80.56 g; Błonnik pok.: 35.19 g; Sól: 10.67 g;	Wartość energetyczna: 2557.68 kcal; Białko ogółem: 101.79 g; Tłuszcz: 86.00 g; Kw. tł. nasy.: 35.98 g; Węglowodany ogółem: 356.61 g; W tym cukry: 83.31 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 2636.27 kcal; Białko ogółem: 100.94 g; Tłuszcz: 87.24 g; Kw. tł. nasy.: 36.04 g; Węglowodany ogółem: 374.01 g; W tym cukry: 100.18 g; Błonnik pok.: 30.58 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2681.64 kcal; Białko ogółem: 105.86 g; Tłuszcz: 80.58 g; Kw. tł. nasy.: 34.96 g; Węglowodany ogółem: 398.99 g; W tym cukry: 103.30 g; Błonnik pok.: 35.76 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2497.92 kcal; Białko ogółem: 122.44 g; Tłuszcz: 116.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 249.98 g; W tym cukry: 110.62 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2212.52 kcal; Białko ogółem: 135.82 g; Tłuszcz: 85.21 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 229.84 g; W tym cukry: 88.00 g; Błonnik pok.: 11.35 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2428.74 kcal; Białko ogółem: 115.19 g; Tłuszcz: 85.08 g; Kw. tł. nasy.: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 317.67 g; W tym cukry: 61.02 g; Błonnik pok.: 37.15 g; Sól: 9.91 g;	Wartość energetyczna: 2533.74 kcal; Białko ogółem: 104.49 g; Tłuszcz: 87.27 g; Kw. tł. nasy.: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 344.60 g; W tym cukry: 69.23 g; Błonnik pok.: 34.57 g; Sól: 9.75 g;	Wartość energetyczna: 2527.66 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 83.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 374.40 g; W tym cukry: 84.63 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2134.58 kcal; Białko ogółem: 68.28 g; Tłuszcz: 81.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.92 g; Węglowodany ogółem: 287.87 g; W tym cukry: 58.04 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 4.66 g;	Wartość energetyczna: 2703.32 kcal; Białko ogółem: 107.53 g; Tłuszcz: 91.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.18 g; Węglowodany ogółem: 377.09 g; W tym cukry: 100.51 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2872.79 kcal; Białko ogółem: 118.41 g; Tłuszcz: 94.87 g; Kw. tł. nasy.: 40.22 g; Węglowodany ogółem: 403.07 g; W tym cukry: 92.30 g; Błonnik pok.: 43.02 g; Sól: 8.85 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-07 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Salami kiełbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewajaca, wędzona. 50 g (***SOJ, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Jabłka prażone b/c 100 g
	II ŚN							Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka Colesław () 200 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka Colesław b/c () 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (***SOJ,***) Surówka Colesław () 200 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt(***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2406.33 kcal; Białko ogółem: 107.19 g; Tłuszcz: 94.96 g; Kw. tł. nasy.: 42.27 g; Węglowodany ogółem: 291.00 g; W tym cukry: 69.72 g; Błonnik pok.: 25.57 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 2148.33 kcal; Białko ogółem: 106.58 g; Tłuszcz: 75.54 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 270.12 g; W tym cukry: 55.38 g; Błonnik pok.: 21.58 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2035.34 kcal; Białko ogółem: 85.89 g; Tłuszcz: 58.67 g; Kw. tł. nasy.: 31.95 g; Węglowodany ogółem: 301.34 g; W tym cukry: 59.91 g; Błonnik pok.: 26.98 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2483.44 kcal; Białko ogółem: 113.83 g; Tłuszcz: 70.00 g; Kw. tł. nasy.: 36.90 g; Węglowodany ogółem: 362.23 g; W tym cukry: 80.58 g; Błonnik pok.: 30.87 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2553.15 kcal; Białko ogółem: 126.73 g; Tłuszcz: 120.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 109.32 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2212.52 kcal; Białko ogółem: 135.82 g; Tłuszcz: 85.21 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 229.84 g; W tym cukry: 88.00 g; Błonnik pok.: 11.35 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2319.76 kcal; Białko ogółem: 114.76 g; Tłuszcz: 80.90 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 297.65 g; W tym cukry: 74.36 g; Błonnik pok.: 33.58 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2207.82 kcal; Białko ogółem: 88.33 g; Tłuszcz: 59.65 g; Kw. tł. nasy.: 33.08 g; Węglowodany ogółem: 342.04 g; W tym cukry: 73.30 g; Błonnik pok.: 32.40 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2165.36 kcal; Białko ogółem: 88.79 g; Tłuszcz: 71.89 g; Kw. tł. nasy.: 39.44 g; Węglowodany ogółem: 297.07 g; W tym cukry: 69.35 g; Błonnik pok.: 30.03 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 1994.29 kcal; Białko ogółem: 85.07 g; Tłuszcz: 76.33 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 244.86 g; W tym cukry: 46.72 g; Błonnik pok.: 16.12 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2236.89 kcal; Białko ogółem: 95.51 g; Tłuszcz: 84.51 g; Kw. tł. nasy.: 42.60 g; Węglowodany ogółem: 282.25 g; W tym cukry: 52.30 g; Błonnik pok.: 23.19 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2409.36 kcal; Białko ogółem: 97.95 g; Tłuszcz: 85.49 g; Kw. tł. nasy.: 43.74 g; Węglowodany ogółem: 322.94 g; W tym cukry: 65.69 g; Błonnik pok.: 28.60 g; Sól: 9.77 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-08 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rukola 10 g Ogórek kiszony 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek kiszony 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Rukola 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN							Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemiakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD							Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2367.59 kcal; Białko ogółem: 82.19 g; Tłuszcz: 73.26 g; Kw. tł. nasy.: 38.22 g; Węglowodany ogółem: 353.31 g; W tym cukry: 67.01 g; Błonnik pok.: 28.60 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2341.21 kcal; Białko ogółem: 79.03 g; Tłuszcz: 71.70 g; Kw. tł. nasy.: 37.91 g; Węglowodany ogółem: 354.47 g; W tym cukry: 68.93 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 2387.56 kcal; Białko ogółem: 79.72 g; Tłuszcz: 71.65 g; Kw. tł. nasy.: 37.90 g; Węglowodany ogółem: 363.98 g; W tym cukry: 78.72 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2432.40 kcal; Białko ogółem: 86.51 g; Tłuszcz: 69.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 375.92 g; W tym cukry: 86.70 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2508.78 kcal; Białko ogółem: 127.97 g; Tłuszcz: 119.73 g; Kw. tł. nasy.: 30.07 g; Węglowodany ogółem: 239.65 g; W tym cukry: 105.52 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.36 g;	Wartość energetyczna: 2201.12 kcal; Białko ogółem: 138.42 g; Tłuszcz: 88.47 g; Kw. tł. nasy.: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 218.94 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2047.44 kcal; Białko ogółem: 78.76 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tł. nasy.: 37.55 g; Węglowodany ogółem: 285.43 g; W tym cukry: 38.80 g; Błonnik pok.: 33.39 g; Sól: 8.19 g;	Wartość energetyczna: 2164.16 kcal; Białko ogółem: 73.35 g; Tłuszcz: 69.15 g; Kw. tł. nasy.: 37.30 g; Węglowodany ogółem: 321.45 g; W tym cukry: 50.02 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2397.37 kcal; Białko ogółem: 76.66 g; Tłuszcz: 81.72 g; Kw. tł. nasy.: 47.65 g; Węglowodany ogółem: 347.21 g; W tym cukry: 62.85 g; Błonnik pok.: 18.30 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 1918.07 kcal; Białko ogółem: 46.07 g; Tłuszcz: 66.61 g; Kw. tł. nasy.: 30.99 g; Węglowodany ogółem: 288.76 g; W tym cukry: 44.29 g; Błonnik pok.: 16.66 g; Sól: 2.76 g;	Wartość energetyczna: 2478.40 kcal; Białko ogółem: 77.69 g; Tłuszcz: 76.71 g; Kw. tł. nasy.: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 377.70 g; W tym cukry: 74.91 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2476.14 kcal; Białko ogółem: 84.29 g; Tłuszcz: 81.03 g; Kw. tł. nasy.: 49.15 g; Węglowodany ogółem: 362.21 g; W tym cukry: 59.08 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 9.55 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-09 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN							Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g (***JAJ, GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (zmielony) 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g (***JAJ, GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g (***JAJ, GOR,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (bez glutenu) 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2401.53 kcal; Białko ogółem: 105.77 g; Tłuszcz: 81.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 325.98 g; W tym cukry: 72.27 g; Błonnik pok.: 28.96 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2270.51 kcal; Białko ogółem: 100.99 g; Tłuszcz: 68.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 326.92 g; W tym cukry: 76.78 g; Błonnik pok.: 29.07 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2459.89 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; Tłuszcz: 76.63 g; Kw. tł. nasy.: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 349.59 g; W tym cukry: 91.09 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2591.24 kcal; Białko ogółem: 113.37 g; Tłuszcz: 76.26 g; Kw. tł. nasy.: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 378.31 g; W tym cukry: 94.68 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2513.58 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 118.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; W tym cukry: 96.00 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2146.83 kcal; Białko ogółem: 103.79 g; Tłuszcz: 70.21 g; Kw. tł. nasy.: 32.59 g; Węglowodany ogółem: 290.74 g; W tym cukry: 52.54 g; Błonnik pok.: 36.88 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 2348.37 kcal; Białko ogółem: 103.14 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 36.21 g; Węglowodany ogółem: 335.65 g; W tym cukry: 68.59 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2535.55 kcal; Białko ogółem: 79.27 g; Tłuszcz: 108.01 g; Kw. tł. nasy.: 37.73 g; Węglowodany ogółem: 323.99 g; W tym cukry: 89.65 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sól: 6.06 g;	Wartość energetyczna: 1814.15 kcal; Białko ogółem: 64.92 g; Tłuszcz: 61.65 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 257.54 g; W tym cukry: 51.44 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2339.39 kcal; Białko ogółem: 100.84 g; Tłuszcz: 68.73 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 343.89 g; W tym cukry: 91.09 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2546.76 kcal; Białko ogółem: 119.42 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 365.83 g; W tym cukry: 78.93 g; Błonnik pok.: 36.78 g; Sól: 9.73 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-10 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN							Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzycą () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). 100 g (***RYB,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). 100 g (***RYB,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). 100 g (***RYB,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2699.25 kcal; Białko ogółem: 103.27 g; Tłuszcz: 98.62 g; Kw. tł. nasy.: 47.62 g; Węglowodany ogółem: 367.29 g; W tym cukry: 73.75 g; Błonnik pok.: 36.67 g; Sól: 9.35 g;	Wartość energetyczna: 2574.75 kcal; Białko ogółem: 107.22 g; Tłuszcz: 82.79 g; Kw. tł. nasy.: 37.78 g; Węglowodany ogółem: 362.60 g; W tym cukry: 67.40 g; Błonnik pok.: 27.42 g; Sól: 6.00 g;	Wartość energetyczna: 2573.79 kcal; Białko ogółem: 104.08 g; Tłuszcz: 87.98 g; Kw. tł. nasy.: 38.26 g; Węglowodany ogółem: 351.99 g; W tym cukry: 69.53 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2683.19 kcal; Białko ogółem: 111.02 g; Tłuszcz: 87.81 g; Kw. tł. nasy.: 37.85 g; Węglowodany ogółem: 373.93 g; W tym cukry: 73.80 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2518.86 kcal; Białko ogółem: 129.09 g; Tłuszcz: 123.16 g; Kw. tł. nasy.: 30.66 g; Węglowodany ogółem: 234.99 g; W tym cukry: 101.22 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 4.27 g;	Wartość energetyczna: 2201.12 kcal; Białko ogółem: 138.42 g; Tłuszcz: 88.47 g; Kw. tł. nasy.: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 218.94 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2493.20 kcal; Białko ogółem: 106.68 g; Tłuszcz: 77.04 g; Kw. tł. nasy.: 36.77 g; Węglowodany ogółem: 360.76 g; W tym cukry: 69.99 g; Błonnik pok.: 36.20 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2559.83 kcal; Białko ogółem: 97.67 g; Tłuszcz: 83.50 g; Kw. tł. nasy.: 37.36 g; Węglowodany ogółem: 364.85 g; W tym cukry: 70.11 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 9.49 g;	Wartość energetyczna: 2473.71 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 87.67 g; Kw. tł. nasy.: 41.92 g; Węglowodany ogółem: 353.79 g; W tym cukry: 73.07 g; Błonnik pok.: 31.19 g; Sól: 7.99 g;	Wartość energetyczna: 2153.80 kcal; Białko ogółem: 76.61 g; Tłuszcz: 82.74 g; Kw. tł. nasy.: 31.75 g; Węglowodany ogółem: 280.93 g; W tym cukry: 41.82 g; Błonnik pok.: 16.29 g; Sól: 2.19 g;	Wartość energetyczna: 2664.69 kcal; Białko ogółem: 97.42 g; Tłuszcz: 107.15 g; Kw. tł. nasy.: 48.22 g; Węglowodany ogółem: 338.45 g; W tym cukry: 70.58 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Sól: 10.06 g;	Wartość energetyczna: 2936.96 kcal; Białko ogółem: 105.93 g; Tłuszcz: 111.55 g; Kw. tł. nasy.: 51.68 g; Węglowodany ogółem: 388.90 g; W tym cukry: 87.77 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 11.59 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-11 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Frittata z jajkiem 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt(***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)
		Wartość energetyczna: 2657.93 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 94.48 g; Kw. tł. nasy.: 46.26 g; Węglowodany ogółem: 346.35 g; W tym cukry: 68.25 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 2419.51 kcal; Białko ogółem: 111.81 g; Tłuszcz: 75.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 326.75 g; W tym cukry: 68.13 g; Błonnik pok.: 16.30 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2461.79 kcal; Białko ogółem: 111.56 g; Tłuszcz: 74.70 g; Kw. tł. nasy.: 36.54 g; Węglowodany ogółem: 344.47 g; W tym cukry: 72.29 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2690.57 kcal; Białko ogółem: 119.87 g; Tłuszcz: 74.39 g; Kw. tł. nasy.: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 396.56 g; W tym cukry: 76.48 g; Błonnik pok.: 27.03 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2414.62 kcal; Białko ogółem: 120.99 g; Tłuszcz: 115.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 230.60 g; W tym cukry: 109.64 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 4.20 g;	Wartość energetyczna: 2212.52 kcal; Białko ogółem: 135.82 g; Tłuszcz: 85.21 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 229.84 g; W tym cukry: 88.00 g; Błonnik pok.: 11.35 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2596.77 kcal; Białko ogółem: 118.18 g; Tłuszcz: 87.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 344.37 g; W tym cukry: 63.98 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2456.12 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 72.04 g; Kw. tł. nasy.: 35.98 g; Węglowodany ogółem: 355.06 g; W tym cukry: 73.11 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 2271.41 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 87.49 g; Kw. tł. nasy.: 46.63 g; Węglowodany ogółem: 298.37 g; W tym cukry: 68.82 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 1956.33 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz: 69.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 257.05 g; W tym cukry: 42.72 g; Błonnik pok.: 10.69 g; Sól: 2.78 g;	Wartość energetyczna: 2706.07 kcal; Białko ogółem: 107.36 g; Tłuszcz: 102.38 g; Kw. tł. nasy.: 43.28 g; Węglowodany ogółem: 342.48 g; W tym cukry: 64.37 g; Błonnik pok.: 18.52 g; Sól: 8.31 g;	Wartość energetyczna: 3114.54 kcal; Białko ogółem: 123.07 g; Tłuszcz: 106.54 g; Kw. tł. nasy.: 46.74 g; Węglowodany ogółem: 421.13 g; W tym cukry: 68.36 g; Błonnik pok.: 20.38 g; Sól: 9.84 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-12 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN							Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik () RYD 700 g (***JAJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet jaglany z serem top i pietruszką 100 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Jabłko pieczone 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek z natką pietruszki 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek z natką pietruszki 100 g (***JAJ, MLE,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek z natką pietruszki 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2772.69 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 101.35 g; Kw. tł. nasy.: 37.34 g; Węglowodany ogółem: 374.93 g; W tym cukry: 94.81 g; Błonnik pok.: 31.18 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2531.83 kcal; Białko ogółem: 100.00 g; Tłuszcz: 78.10 g; Kw. tł. nasy.: 35.67 g; Węglowodany ogółem: 365.86 g; W tym cukry: 77.09 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 5.79 g;	Wartość energetyczna: 2651.34 kcal; Białko ogółem: 108.22 g; Tłuszcz: 84.18 g; Kw. tł. nasy.: 37.52 g; Węglowodany ogółem: 371.99 g; W tym cukry: 84.03 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2835.20 kcal; Białko ogółem: 112.36 g; Tłuszcz: 84.88 g; Kw. tł. nasy.: 37.54 g; Węglowodany ogółem: 413.77 g; W tym cukry: 88.89 g; Błonnik pok.: 31.78 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 2533.67 kcal; Białko ogółem: 129.19 g; Tłuszcz: 118.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.69 g; W tym cukry: 95.93 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2234.11 kcal; Białko ogółem: 113.03 g; Tłuszcz: 77.46 g; Kw. tł. nasy.: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 284.90 g; W tym cukry: 49.57 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2487.72 kcal; Białko ogółem: 115.69 g; Tłuszcz: 80.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 335.09 g; W tym cukry: 73.32 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2729.40 kcal; Białko ogółem: 74.33 g; Tłuszcz: 102.74 g; Kw. tł. nasy.: 39.17 g; Węglowodany ogółem: 386.53 g; W tym cukry: 94.79 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2071.19 kcal; Białko ogółem: 65.91 g; Tłuszcz: 70.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 297.60 g; W tym cukry: 52.59 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 2.86 g;	Wartość energetyczna: 2477.19 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 370.11 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2619.77 kcal; Białko ogółem: 110.92 g; Tłuszcz: 74.10 g; Kw. tł. nasy.: 34.72 g; Węglowodany ogółem: 389.11 g; W tym cukry: 97.31 g; Błonnik pok.: 36.09 g; Sól: 7.33 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-13 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN							Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD							Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2603.15 kcal; Białko ogółem: 101.73 g; Tłuszcz: 96.46 g; Kw. tł. nasy.: 48.60 g; Węglowodany ogółem: 340.94 g; W tym cukry: 58.92 g; Błonnik pok.: 31.48 g; Sól: 9.02 g;	Wartość energetyczna: 2509.11 kcal; Białko ogółem: 96.08 g; Tłuszcz: 78.29 g; Kw. tł. nasy.: 38.67 g; Węglowodany ogółem: 363.03 g; W tym cukry: 70.66 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2555.47 kcal; Białko ogółem: 96.76 g; Tłuszcz: 78.25 g; Kw. tł. nasy.: 38.66 g; Węglowodany ogółem: 372.54 g; W tym cukry: 80.45 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2708.35 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 75.28 g; Kw. tł. nasy.: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 412.38 g; W tym cukry: 88.07 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2412.68 kcal; Białko ogółem: 124.67 g; Tłuszcz: 122.03 g; Kw. tł. nasy.: 30.45 g; Węglowodany ogółem: 215.72 g; W tym cukry: 101.31 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 4.29 g;	Wartość energetyczna: 2201.12 kcal; Białko ogółem: 138.42 g; Tłuszcz: 88.47 g; Kw. tł. nasy.: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 218.94 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2444.94 kcal; Białko ogółem: 97.17 g; Tłuszcz: 89.84 g; Kw. tł. nasy.: 46.86 g; Węglowodany ogółem: 327.75 g; W tym cukry: 61.08 g; Błonnik pok.: 35.15 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2434.00 kcal; Białko ogółem: 89.26 g; Tłuszcz: 73.92 g; Kw. tł. nasy.: 37.72 g; Węglowodany ogółem: 360.93 g; W tym cukry: 76.31 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 9.98 g;	Wartość energetyczna: 2667.74 kcal; Białko ogółem: 92.28 g; Tłuszcz: 90.58 g; Kw. tł. nasy.: 46.40 g; Węglowodany ogółem: 387.55 g; W tym cukry: 66.57 g; Błonnik pok.: 41.08 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2131.87 kcal; Białko ogółem: 65.34 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.72 g; Węglowodany ogółem: 282.82 g; W tym cukry: 41.17 g; Błonnik pok.: 16.02 g; Sól: 4.27 g;	Wartość energetyczna: 2767.41 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 98.00 g; Kw. tł. nasy.: 49.86 g; Węglowodany ogółem: 375.97 g; W tym cukry: 80.42 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 8.91 g;	Wartość energetyczna: 2932.17 kcal; Białko ogółem: 112.31 g; Tłuszcz: 102.55 g; Kw. tł. nasy.: 53.28 g; Węglowodany ogółem: 401.96 g; W tym cukry: 92.90 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 10.40 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-14 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany (zmielony) 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw z jajkiem() 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2330.01 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 329.90 g; W tym cukry: 76.86 g; Błonnik pok.: 32.33 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2195.31 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 312.59 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2607.09 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 75.50 g; Kw. tł. nasy.: 37.71 g; Węglowodany ogółem: 382.98 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 35.27 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2512.95 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 117.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 244.26 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2181.60 kcal; Białko ogółem: 115.06 g; Tłuszcz: 68.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 292.34 g; W tym cukry: 56.75 g; Błonnik pok.: 37.73 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2340.96 kcal; Białko ogółem: 108.55 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 331.79 g; W tym cukry: 72.69 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2362.42 kcal; Białko ogółem: 67.20 g; Tłuszcz: 101.28 g; Kw. tł. nasy.: 40.82 g; Węglowodany ogółem: 304.20 g; W tym cukry: 82.29 g; Błonnik pok.: 30.00 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2031.45 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; W tym cukry: 68.42 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2315.96 kcal; Białko ogółem: 105.15 g; Tłuszcz: 69.66 g; Kw. tł. nasy.: 33.29 g; Węglowodany ogółem: 331.09 g; W tym cukry: 69.19 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.19 g;

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-15 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus zielony z ciecierzycy 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN							Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki z serem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - dyniowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD							Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2893.41 kcal; Białko ogółem: 110.05 g; Tłuszcz: 92.01 g; Kw. tł. nasy.: 43.25 g; Węglowodany ogółem: 418.60 g; W tym cukry: 91.72 g; Błonnik pok.: 29.04 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2328.56 kcal; Białko ogółem: 88.68 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kw. tł. nasy.: 40.34 g; Węglowodany ogółem: 338.13 g; W tym cukry: 63.06 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 2403.31 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz: 70.04 g; Kw. tł. nasy.: 38.82 g; Węglowodany ogółem: 350.63 g; W tym cukry: 62.85 g; Błonnik pok.: 23.70 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 2502.11 kcal; Białko ogółem: 107.25 g; Tłuszcz: 70.54 g; Kw. tł. nasy.: 38.48 g; Węglowodany ogółem: 366.88 g; W tym cukry: 75.19 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2430.74 kcal; Białko ogółem: 122.69 g; Tłuszcz: 121.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 220.31 g; W tym cukry: 104.44 g; Błonnik pok.: 19.77 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 2264.12 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nasy.: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 223.64 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.75 g;	Wartość energetyczna: 2219.57 kcal; Białko ogółem: 95.93 g; Tłuszcz: 74.51 g; Kw. tł. nasy.: 39.75 g; Węglowodany ogółem: 301.49 g; W tym cukry: 48.35 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2245.86 kcal; Białko ogółem: 91.80 g; Tłuszcz: 66.70 g; Kw. tł. nasy.: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 324.93 g; W tym cukry: 49.14 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 8.07 g;	Wartość energetyczna: 2549.38 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 82.78 g; Kw. tł. nasy.: 42.27 g; Węglowodany ogółem: 366.67 g; W tym cukry: 60.30 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 1868.35 kcal; Białko ogółem: 51.09 g; Tłuszcz: 66.33 g; Kw. tł. nasy.: 33.12 g; Węglowodany ogółem: 268.65 g; W tym cukry: 36.02 g; Błonnik pok.: 13.60 g; Sól: 2.84 g;	Wartość energetyczna: 2315.28 kcal; Białko ogółem: 72.70 g; Tłuszcz: 68.29 g; Kw. tł. nasy.: 37.93 g; Węglowodany ogółem: 359.58 g; W tym cukry: 63.15 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2427.02 kcal; Białko ogółem: 80.09 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 41.29 g; Węglowodany ogółem: 371.57 g; W tym cukry: 64.02 g; Błonnik pok.: 27.42 g; Sól: 9.05 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-16 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jabłka prażone b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g
	II ŚN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz sojowy z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2842.26 kcal; Białko ogółem: 115.77 g; Tłuszcz: 102.76 g; Kw. tł. nasy.: 51.06 g; Węglowodany ogółem: 372.57 g; W tym cukry: 79.04 g; Błonnik pok.: 27.15 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2736.58 kcal; Białko ogółem: 118.94 g; Tłuszcz: 93.95 g; Kw. tł. nasy.: 42.36 g; Węglowodany ogółem: 361.11 g; W tym cukry: 78.61 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2796.02 kcal; Białko ogółem: 118.11 g; Tłuszcz: 94.34 g; Kw. tł. nasy.: 42.83 g; Węglowodany ogółem: 376.62 g; W tym cukry: 78.46 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 3070.73 kcal; Białko ogółem: 129.05 g; Tłuszcz: 97.80 g; Kw. tł. nasy.: 44.60 g; Węglowodany ogółem: 429.05 g; W tym cukry: 82.92 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2385.55 kcal; Białko ogółem: 124.55 g; Tłuszcz: 121.40 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 206.82 g; W tym cukry: 101.15 g; Błonnik pok.: 16.84 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 2264.12 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nasy.: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 223.64 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.75 g;	Wartość energetyczna: 2356.81 kcal; Białko ogółem: 113.07 g; Tłuszcz: 85.80 g; Kw. tł. nasy.: 40.84 g; Węglowodany ogółem: 295.56 g; W tym cukry: 68.38 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2501.30 kcal; Białko ogółem: 105.68 g; Tłuszcz: 87.16 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 332.26 g; W tym cukry: 67.15 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 2697.17 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 88.78 g; Kw. tł. nasy.: 47.46 g; Węglowodany ogółem: 372.56 g; W tym cukry: 78.34 g; Błonnik pok.: 34.47 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 2097.40 kcal; Białko ogółem: 79.32 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 258.40 g; W tym cukry: 53.20 g; Błonnik pok.: 16.15 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2966.21 kcal; Białko ogółem: 117.18 g; Tłuszcz: 113.70 g; Kw. tł. nasy.: 50.28 g; Węglowodany ogółem: 377.05 g; W tym cukry: 81.15 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 3039.18 kcal; Białko ogółem: 129.88 g; Tłuszcz: 117.53 g; Kw. tł. nasy.: 51.65 g; Węglowodany ogółem: 375.40 g; W tym cukry: 79.99 g; Błonnik pok.: 27.57 g; Sól: 10.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-17 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN							Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (***MLE, SO2,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (***MLE, SO2,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
	PN	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2474.54 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 85.16 g; Kw. tł. nasy.: 38.64 g; Węglowodany ogółem: 340.61 g; W tym cukry: 66.32 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2403.38 kcal; Białko ogółem: 95.08 g; Tłuszcz: 76.48 g; Kw. tł. nasy.: 37.21 g; Węglowodany ogółem: 348.15 g; W tym cukry: 71.30 g; Błonnik pok.: 29.84 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2425.11 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 76.20 g; Kw. tł. nasy.: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 352.93 g; W tym cukry: 93.49 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2468.00 kcal; Białko ogółem: 96.73 g; Tłuszcz: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 373.47 g; W tym cukry: 95.57 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 10.19 g;	Wartość energetyczna: 2454.48 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 116.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 235.04 g; W tym cukry: 90.42 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2192.12 kcal; Białko ogółem: 137.62 g; Tłuszcz: 86.47 g; Kw. tł. nasy.: 39.28 g; Węglowodany ogółem: 222.34 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 4.65 g;	Wartość energetyczna: 2298.95 kcal; Białko ogółem: 95.82 g; Tłuszcz: 86.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 304.42 g; W tym cukry: 59.78 g; Błonnik pok.: 39.18 g; Sól: 10.01 g;	Wartość energetyczna: 2308.64 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz: 73.81 g; Kw. tł. nasy.: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 334.40 g; W tym cukry: 73.48 g; Błonnik pok.: 32.23 g; Sól: 9.69 g;	Wartość energetyczna: 2456.69 kcal; Białko ogółem: 99.86 g; Tłuszcz: 89.57 g; Kw. tł. nasy.: 51.37 g; Węglowodany ogółem: 323.36 g; W tym cukry: 68.39 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 1990.71 kcal; Białko ogółem: 66.36 g; Tłuszcz: 73.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 276.29 g; W tym cukry: 46.35 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sól: 4.30 g;	Wartość energetyczna: 2562.25 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 89.80 g; Kw. tł. nasy.: 46.65 g; Węglowodany ogółem: 353.85 g; W tym cukry: 93.07 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2723.73 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Tłuszcz: 94.38 g; Kw. tł. nasy.: 50.13 g; Węglowodany ogółem: 374.96 g; W tym cukry: 89.42 g; Błonnik pok.: 33.00 g; Sól: 9.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-18 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN							Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ,GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2620.92 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 99.20 g; Kw. tł. nasy.: 48.69 g; Węglowodany ogółem: 347.07 g; W tym cukry: 83.70 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2517.16 kcal; Białko ogółem: 105.09 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g; W tym cukry: 73.90 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2596.18 kcal; Białko ogółem: 104.72 g; Tłuszcz: 91.20 g; Kw. tł. nasy.: 40.37 g; Węglowodany ogółem: 350.97 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2707.88 kcal; Białko ogółem: 110.78 g; Tłuszcz: 90.86 g; Kw. tł. nasy.: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 374.77 g; W tym cukry: 82.70 g; Błonnik pok.: 31.31 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 124.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 217.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2264.12 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nasy.: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 223.64 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.75 g;	Wartość energetyczna: 2345.49 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 85.45 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 305.74 g; W tym cukry: 68.87 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2495.43 kcal; Białko ogółem: 98.24 g; Tłuszcz: 86.70 g; Kw. tł. nasy.: 39.46 g; Węglowodany ogółem: 341.33 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2580.48 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 101.61 g; Kw. tł. nasy.: 45.28 g; Węglowodany ogółem: 329.54 g; W tym cukry: 73.66 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2077.96 kcal; Białko ogółem: 73.12 g; Tłuszcz: 84.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 263.17 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sól: 3.42 g;	Wartość energetyczna: 2645.33 kcal; Białko ogółem: 97.18 g; Tłuszcz: 102.22 g; Kw. tł. nasy.: 49.18 g; Węglowodany ogółem: 345.72 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 30.54 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2867.31 kcal; Białko ogółem: 114.02 g; Tłuszcz: 107.85 g; Kw. tł. nasy.: 50.25 g; Węglowodany ogółem: 372.76 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sól: 9.29 g;

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-19 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN							Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos pieczarkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2802.47 kcal; Białko ogółem: 109.09 g; Tłuszcz: 95.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 389.04 g; W tym cukry: 132.72 g; Błonnik pok.: 28.58 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2616.41 kcal; Białko ogółem: 106.55 g; Tłuszcz: 84.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.05 g; Węglowodany ogółem: 372.49 g; W tym cukry: 131.46 g; Błonnik pok.: 29.98 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 2688.77 kcal; Białko ogółem: 112.21 g; Tłuszcz: 88.71 g; Kw. tł. nasy.: 38.34 g; Węglowodany ogółem: 375.35 g; W tym cukry: 133.59 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2854.56 kcal; Białko ogółem: 115.98 g; Tłuszcz: 88.36 g; Kw. tł. nasy.: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 416.81 g; W tym cukry: 139.55 g; Błonnik pok.: 35.50 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2494.93 kcal; Białko ogółem: 124.95 g; Tłuszcz: 116.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 246.57 g; W tym cukry: 106.51 g; Błonnik pok.: 17.48 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 2202.12 kcal; Białko ogółem: 135.22 g; Tłuszcz: 85.47 g; Kw. tł. nasy.: 39.08 g; Węglowodany ogółem: 230.24 g; W tym cukry: 89.80 g; Błonnik pok.: 11.25 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2362.47 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 94.76 g; Kw. tł. nasy.: 46.66 g; Węglowodany ogółem: 275.91 g; W tym cukry: 60.82 g; Błonnik pok.: 32.73 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2524.43 kcal; Białko ogółem: 121.54 g; Tłuszcz: 91.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.84 g; Węglowodany ogółem: 319.03 g; W tym cukry: 79.03 g; Błonnik pok.: 32.01 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2934.54 kcal; Białko ogółem: 99.12 g; Tłuszcz: 109.67 g; Kw. tł. nasy.: 40.83 g; Węglowodany ogółem: 400.57 g; W tym cukry: 136.76 g; Błonnik pok.: 29.30 g; Sól: 5.48 g;	Wartość energetyczna: 2170.46 kcal; Białko ogółem: 71.85 g; Tłuszcz: 78.60 g; Kw. tł. nasy.: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 303.73 g; W tym cukry: 106.47 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 3.48 g;	Wartość energetyczna: 2531.21 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 78.32 g; Kw. tł. nasy.: 34.00 g; Węglowodany ogółem: 373.32 g; W tym cukry: 131.18 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2761.85 kcal; Białko ogółem: 128.35 g; Tłuszcz: 101.75 g; Kw. tł. nasy.: 47.34 g; Węglowodany ogółem: 350.29 g; W tym cukry: 84.98 g; Błonnik pok.: 32.78 g; Sól: 9.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-20 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa (zmielona) 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (***SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD							Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g
	PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2620.03 kcal; Białko ogółem: 105.56 g; Tłuszcz: 89.71 g; Kw. tł. nasy.: 39.63 g; Węglowodany ogółem: 363.40 g; W tym cukry: 67.85 g; Błonnik pok.: 33.98 g; Sól: 9.43 g;	Wartość energetyczna: 2414.45 kcal; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 75.01 g; Kw. tł. nasy.: 37.87 g; Węglowodany ogółem: 338.22 g; W tym cukry: 71.03 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2500.87 kcal; Białko ogółem: 108.64 g; Tłuszcz: 75.11 g; Kw. tł. nasy.: 38.31 g; Węglowodany ogółem: 357.04 g; W tym cukry: 65.62 g; Błonnik pok.: 27.35 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2744.38 kcal; Białko ogółem: 120.59 g; Tłuszcz: 77.25 g; Kw. tł. nasy.: 38.23 g; Węglowodany ogółem: 404.21 g; W tym cukry: 78.56 g; Błonnik pok.: 30.94 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 2447.98 kcal; Białko ogółem: 123.40 g; Tłuszcz: 122.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 223.32 g; W tym cukry: 100.45 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2264.12 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nasy.: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 223.64 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.75 g;	Wartość energetyczna: 2434.80 kcal; Białko ogółem: 102.83 g; Tłuszcz: 84.22 g; Kw. tł. nasy.: 38.59 g; Węglowodany ogółem: 333.41 g; W tym cukry: 67.33 g; Błonnik pok.: 35.06 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2416.52 kcal; Białko ogółem: 101.49 g; Tłuszcz: 71.52 g; Kw. tł. nasy.: 37.53 g; Węglowodany ogółem: 351.16 g; W tym cukry: 64.17 g; Błonnik pok.: 26.86 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2600.43 kcal; Białko ogółem: 78.92 g; Tłuszcz: 97.02 g; Kw. tł. nasy.: 45.19 g; Węglowodany ogółem: 368.40 g; W tym cukry: 72.73 g; Błonnik pok.: 34.73 g; Sól: 9.29 g;	Wartość energetyczna: 1968.35 kcal; Białko ogółem: 70.64 g; Tłuszcz: 73.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.16 g; Węglowodany ogółem: 263.72 g; W tym cukry: 43.02 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2560.37 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 86.11 g; Kw. tł. nasy.: 46.38 g; Węglowodany ogółem: 354.64 g; W tym cukry: 66.12 g; Błonnik pok.: 27.35 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2760.40 kcal; Białko ogółem: 108.32 g; Tłuszcz: 90.29 g; Kw. tł. nasy.: 49.81 g; Węglowodany ogółem: 389.44 g; W tym cukry: 81.31 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Sól: 10.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-21 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN							Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Budyń z udźca kurczaka 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet z jaj 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2508.11 kcal; Białko ogółem: 121.70 g; Tłuszcz: 106.21 g; Kw. tł. nasy.: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 277.16 g; W tym cukry: 54.09 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2418.07 kcal; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 295.52 g; W tym cukry: 63.09 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2368.17 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 297.70 g; W tym cukry: 65.22 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2565.12 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 386.40 g; W tym cukry: 86.76 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2485.08 kcal; Białko ogółem: 134.01 g; Tłuszcz: 106.90 g; Kw. tł. nasy.: 50.87 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 43.07 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2470.43 kcal; Białko ogółem: 124.73 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 294.88 g; W tym cukry: 56.27 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2504.52 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 101.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 329.16 g; W tym cukry: 66.65 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2266.27 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 271.01 g; W tym cukry: 54.39 g; Błonnik pok.: 15.90 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2500.51 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; Tłuszcz: 101.19 g; Kw. tł. nasy.: 47.31 g; Węglowodany ogółem: 286.42 g; W tym cukry: 63.17 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2639.98 kcal; Białko ogółem: 136.75 g; Tłuszcz: 106.82 g; Kw. tł. nasy.: 48.39 g; Węglowodany ogółem: 292.85 g; W tym cukry: 45.03 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 10.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-22 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN							Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek ()z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ()z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ()z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ()z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ()z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD							Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2445.72 kcal; Białko ogółem: 94.99 g; Tłuszcz: 75.66 g; Kw. tł. nasy.: 40.67 g; Węglowodany ogółem: 356.10 g; W tym cukry: 61.66 g; Błonnik pok.: 31.24 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 2302.76 kcal; Białko ogółem: 84.49 g; Tłuszcz: 70.06 g; Kw. tł. nasy.: 40.12 g; Węglowodany ogółem: 341.86 g; W tym cukry: 66.12 g; Błonnik pok.: 19.23 g; Sól: 5.88 g;	Wartość energetyczna: 2327.54 kcal; Białko ogółem: 81.09 g; Tłuszcz: 67.83 g; Kw. tł. nasy.: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 353.10 g; W tym cukry: 67.44 g; Błonnik pok.: 19.96 g; Sól: 5.89 g;	Wartość energetyczna: 2458.72 kcal; Białko ogółem: 90.72 g; Tłuszcz: 68.88 g; Kw. tł. nasy.: 37.19 g; Węglowodany ogółem: 375.33 g; W tym cukry: 79.26 g; Błonnik pok.: 20.77 g; Sól: 5.57 g;	Wartość energetyczna: 2463.35 kcal; Białko ogółem: 126.38 g; Tłuszcz: 124.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 218.06 g; W tym cukry: 101.67 g; Błonnik pok.: 18.09 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2264.12 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nasy.: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 223.64 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.75 g;	Wartość energetyczna: 2356.04 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz: 73.93 g; Kw. tł. nasy.: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 340.41 g; W tym cukry: 58.83 g; Błonnik pok.: 36.47 g; Sól: 8.12 g;	Wartość energetyczna: 2343.74 kcal; Białko ogółem: 78.14 g; Tłuszcz: 65.80 g; Kw. tł. nasy.: 38.08 g; Węglowodany ogółem: 365.40 g; W tym cukry: 64.03 g; Błonnik pok.: 21.29 g; Sól: 7.82 g;	Wartość energetyczna: 2455.62 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz: 82.84 g; Kw. tł. nasy.: 44.73 g; Węglowodany ogółem: 352.83 g; W tym cukry: 58.12 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 1851.00 kcal; Białko ogółem: 48.24 g; Tłuszcz: 61.69 g; Kw. tł. nasy.: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 278.02 g; W tym cukry: 41.23 g; Błonnik pok.: 12.48 g; Sól: 2.98 g;	Wartość energetyczna: 2369.95 kcal; Białko ogółem: 66.40 g; Tłuszcz: 75.70 g; Kw. tł. nasy.: 44.08 g; Węglowodany ogółem: 358.92 g; W tym cukry: 67.49 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2658.42 kcal; Białko ogółem: 78.37 g; Tłuszcz: 82.56 g; Kw. tł. nasy.: 49.15 g; Węglowodany ogółem: 405.31 g; W tym cukry: 77.21 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 9.00 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-23 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - wielowarzywna z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz z soczewicy i papryki () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jaglana na sypko 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z makreli wędzonej z warzywami *() 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami (). 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z makreli wędzonej z warzywami *() 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 150 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami (). 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2673.47 kcal; Białko ogółem: 107.42 g; Tłuszcz: 105.12 g; Kw. tł. nasy.: 42.70 g; Węglowodany ogółem: 338.27 g; W tym cukry: 63.73 g; Błonnik pok.: 34.11 g; Sól: 9.19 g;	Wartość energetyczna: 2443.12 kcal; Białko ogółem: 106.89 g; Tłuszcz: 79.59 g; Kw. tł. nasy.: 34.89 g; Węglowodany ogółem: 339.31 g; W tym cukry: 69.58 g; Błonnik pok.: 35.05 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2411.20 kcal; Białko ogółem: 100.84 g; Tłuszcz: 74.37 g; Kw. tł. nasy.: 34.60 g; Węglowodany ogółem: 349.18 g; W tym cukry: 66.65 g; Błonnik pok.: 34.37 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2639.98 kcal; Białko ogółem: 109.15 g; Tłuszcz: 74.06 g; Kw. tł. nasy.: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 401.27 g; W tym cukry: 70.84 g; Błonnik pok.: 37.96 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2313.35 kcal; Białko ogółem: 120.17 g; Tłuszcz: 113.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 208.70 g; W tym cukry: 91.86 g; Błonnik pok.: 19.70 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2625.35 kcal; Białko ogółem: 108.20 g; Tłuszcz: 97.49 g; Kw. tł. nasy.: 40.65 g; Węglowodany ogółem: 346.93 g; W tym cukry: 76.15 g; Błonnik pok.: 41.46 g; Sól: 9.57 g;	Wartość energetyczna: 2569.44 kcal; Białko ogółem: 99.47 g; Tłuszcz: 74.53 g; Kw. tł. nasy.: 35.89 g; Węglowodany ogółem: 391.33 g; W tym cukry: 75.82 g; Błonnik pok.: 38.39 g; Sól: 11.09 g;	Wartość energetyczna: 2425.95 kcal; Białko ogółem: 83.17 g; Tłuszcz: 75.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 368.05 g; W tym cukry: 65.85 g; Błonnik pok.: 36.41 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2001.79 kcal; Białko ogółem: 75.50 g; Tłuszcz: 73.65 g; Kw. tł. nasy.: 27.95 g; Węglowodany ogółem: 267.70 g; W tym cukry: 44.21 g; Błonnik pok.: 26.76 g; Sól: 3.62 g;	Wartość energetyczna: 2504.20 kcal; Białko ogółem: 98.69 g; Tłuszcz: 86.05 g; Kw. tł. nasy.: 37.98 g; Węglowodany ogółem: 347.92 g; W tym cukry: 66.46 g; Błonnik pok.: 35.00 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2920.77 kcal; Białko ogółem: 112.09 g; Tłuszcz: 93.13 g; Kw. tł. nasy.: 43.07 g; Węglowodany ogółem: 423.93 g; W tym cukry: 92.15 g; Błonnik pok.: 38.44 g; Sól: 11.00 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-24 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN							Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka szwedzka () 100 g (***GOR,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 350 g Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka. () 100 g (***SEL,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka. () 100 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka. () 100 g (***SEL,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka. () 100 g (***SEL,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka. () 100 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2549.52 kcal; Białko ogółem: 107.31 g; Tłuszcz: 87.08 g; Kw. tł. nasy.: 44.97 g; Węglowodany ogółem: 346.30 g; W tym cukry: 96.44 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2530.23 kcal; Białko ogółem: 107.16 g; Tłuszcz: 87.34 g; Kw. tł. nasy.: 45.18 g; Węglowodany ogółem: 334.83 g; W tym cukry: 87.63 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 6.25 g;	Wartość energetyczna: 2487.65 kcal; Białko ogółem: 95.10 g; Tłuszcz: 80.64 g; Kw. tł. nasy.: 41.72 g; Węglowodany ogółem: 351.89 g; W tym cukry: 90.29 g; Błonnik pok.: 20.54 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 2597.05 kcal; Białko ogółem: 102.04 g; Tłuszcz: 80.47 g; Kw. tł. nasy.: 41.31 g; Węglowodany ogółem: 373.83 g; W tym cukry: 94.56 g; Błonnik pok.: 21.76 g; Sól: 6.90 g;	Wartość energetyczna: 2522.56 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 121.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 237.97 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 4.07 g;	Wartość energetyczna: 2264.12 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nasy.: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 223.64 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.75 g;	Wartość energetyczna: 2445.19 kcal; Białko ogółem: 119.25 g; Tłuszcz: 84.19 g; Kw. tł. nasy.: 42.11 g; Węglowodany ogółem: 315.56 g; W tym cukry: 68.63 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2530.30 kcal; Białko ogółem: 101.17 g; Tłuszcz: 77.32 g; Kw. tł. nasy.: 38.79 g; Węglowodany ogółem: 364.79 g; W tym cukry: 77.10 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 9.10 g;	Wartość energetyczna: 2341.98 kcal; Białko ogółem: 82.21 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kw. tł. nasy.: 48.65 g; Węglowodany ogółem: 326.94 g; W tym cukry: 103.82 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2104.41 kcal; Białko ogółem: 74.96 g; Tłuszcz: 83.26 g; Kw. tł. nasy.: 38.32 g; Węglowodany ogółem: 266.52 g; W tym cukry: 65.06 g; Błonnik pok.: 16.68 g; Sól: 2.74 g;	Wartość energetyczna: 2742.41 kcal; Białko ogółem: 111.60 g; Tłuszcz: 112.52 g; Kw. tł. nasy.: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 327.08 g; W tym cukry: 76.13 g; Błonnik pok.: 20.10 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 3125.06 kcal; Białko ogółem: 125.00 g; Tłuszcz: 119.60 g; Kw. tł. nasy.: 55.32 g; Węglowodany ogółem: 394.62 g; W tym cukry: 93.33 g; Błonnik pok.: 23.55 g; Sól: 10.81 g;

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-25 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemn () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD. () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g (***SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 100 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2666.54 kcal; Białko ogółem: 96.87 g; Tłuszcz: 94.46 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 366.30 g; W tym cukry: 81.78 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2477.17 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 78.84 g; Kw. tł. nasy.: 37.30 g; Węglowodany ogółem: 348.50 g; W tym cukry: 80.44 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2555.71 kcal; Białko ogółem: 101.87 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw. tł. nasy.: 37.74 g; Węglowodany ogółem: 366.94 g; W tym cukry: 85.00 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2687.06 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 78.57 g; Kw. tł. nasy.: 37.31 g; Węglowodany ogółem: 395.66 g; W tym cukry: 88.59 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 2381.92 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 113.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 225.74 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 18.96 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2568.55 kcal; Białko ogółem: 110.08 g; Tłuszcz: 94.09 g; Kw. tł. nasy.: 40.24 g; Węglowodany ogółem: 328.93 g; W tym cukry: 53.37 g; Błonnik pok.: 46.74 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2579.48 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 83.10 g; Kw. tł. nasy.: 41.19 g; Węglowodany ogółem: 355.72 g; W tym cukry: 55.31 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2697.69 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 95.73 g; Kw. tł. nasy.: 42.86 g; Węglowodany ogółem: 380.30 g; W tym cukry: 86.97 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2024.59 kcal; Białko ogółem: 64.30 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 281.64 g; W tym cukry: 55.12 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sól: 2.89 g;	Wartość energetyczna: 2623.68 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Tłuszcz: 89.60 g; Kw. tł. nasy.: 45.05 g; Węglowodany ogółem: 364.74 g; W tym cukry: 81.59 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2961.90 kcal; Białko ogółem: 129.56 g; Tłuszcz: 101.99 g; Kw. tł. nasy.: 50.15 g; Węglowodany ogółem: 392.26 g; W tym cukry: 60.06 g; Błonnik pok.: 32.38 g; Sól: 10.11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-26 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)					Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2845.38 kcal; Białko ogółem: 105.54 g; Tłuszcz: 107.40 g; Kw. tł. nasy.: 41.66 g; Węglowodany ogółem: 373.77 g; W tym cukry: 82.55 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2651.78 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Tłuszcz: 85.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.32 g; Węglowodany ogółem: 376.32 g; W tym cukry: 91.33 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 2724.67 kcal; Białko ogółem: 111.31 g; Tłuszcz: 89.70 g; Kw. tł. nasy.: 41.62 g; Węglowodany ogółem: 379.27 g; W tym cukry: 93.48 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2905.63 kcal; Białko ogółem: 115.28 g; Tłuszcz: 89.85 g; Kw. tł. nasy.: 41.57 g; Węglowodany ogółem: 422.07 g; W tym cukry: 98.98 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2563.99 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 123.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2284.52 kcal; Białko ogółem: 143.77 g; Tłuszcz: 93.30 g; Kw. tł. nasy.: 44.35 g; Węglowodany ogółem: 223.26 g; W tym cukry: 86.65 g; Błonnik pok.: 10.85 g; Sól: 2.81 g;	Wartość energetyczna: 2510.51 kcal; Białko ogółem: 126.36 g; Tłuszcz: 88.69 g; Kw. tł. nasy.: 41.42 g; Węglowodany ogółem: 318.72 g; W tym cukry: 76.67 g; Błonnik pok.: 32.74 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2739.06 kcal; Białko ogółem: 125.74 g; Tłuszcz: 89.88 g; Kw. tł. nasy.: 42.58 g; Węglowodany ogółem: 371.34 g; W tym cukry: 92.91 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sól: 9.50 g;	Wartość energetyczna: 2663.96 kcal; Białko ogółem: 86.55 g; Tłuszcz: 90.87 g; Kw. tł. nasy.: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 384.72 g; W tym cukry: 84.07 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2162.36 kcal; Białko ogółem: 69.48 g; Tłuszcz: 76.65 g; Kw. tł. nasy.: 32.61 g; Węglowodany ogółem: 305.77 g; W tym cukry: 62.98 g; Błonnik pok.: 19.83 g; Sól: 3.00 g;	Wartość energetyczna: 2561.27 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 80.15 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 372.71 g; W tym cukry: 93.39 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2896.86 kcal; Białko ogółem: 129.54 g; Tłuszcz: 88.04 g; Kw. tł. nasy.: 43.72 g; Węglowodany ogółem: 411.83 g; W tym cukry: 109.28 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sól: 9.37 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-27 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN							Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz sojowy z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z ryżu i brokułów 80 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałatka z ryżu i brokułów 80 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo .z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2852.25 kcal; Białko ogółem: 111.65 g; Tłuszcz: 108.99 g; Kw. tł. nasy.: 46.80 g; Węglowodany ogółem: 367.08 g; W tym cukry: 70.52 g; Błonnik pok.: 30.29 g; Sól: 12.12 g;	Wartość energetyczna: 2526.45 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kw. tł. nasy.: 39.03 g; Węglowodany ogółem: 357.03 g; W tym cukry: 69.07 g; Błonnik pok.: 27.78 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2561.48 kcal; Białko ogółem: 99.10 g; Tłuszcz: 72.82 g; Kw. tł. nasy.: 38.08 g; Węglowodany ogółem: 384.23 g; W tym cukry: 86.16 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sól: 8.96 g;	Wartość energetyczna: 2689.68 kcal; Białko ogółem: 104.54 g; Tłuszcz: 74.49 g; Kw. tł. nasy.: 37.73 g; Węglowodany ogółem: 410.25 g; W tym cukry: 100.29 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2462.59 kcal; Białko ogółem: 125.67 g; Tłuszcz: 122.18 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 225.04 g; W tym cukry: 103.77 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 5.02 g;	Wartość energetyczna: 2264.12 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nasy.: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 223.64 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.75 g;	Wartość energetyczna: 2378.32 kcal; Białko ogółem: 107.42 g; Tłuszcz: 91.22 g; Kw. tł. nasy.: 41.82 g; Węglowodany ogółem: 294.99 g; W tym cukry: 46.88 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 9.95 g;	Wartość energetyczna: 2475.44 kcal; Białko ogółem: 105.08 g; Tłuszcz: 75.35 g; Kw. tł. nasy.: 40.72 g; Węglowodany ogółem: 351.79 g; W tym cukry: 52.57 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sól: 11.59 g;	Wartość energetyczna: 2653.84 kcal; Białko ogółem: 105.20 g; Tłuszcz: 90.16 g; Kw. tł. nasy.: 44.17 g; Węglowodany ogółem: 362.55 g; W tym cukry: 67.69 g; Błonnik pok.: 37.42 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2107.06 kcal; Białko ogółem: 65.66 g; Tłuszcz: 79.49 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 287.58 g; W tym cukry: 42.15 g; Błonnik pok.: 16.42 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2601.68 kcal; Białko ogółem: 96.72 g; Tłuszcz: 84.80 g; Kw. tł. nasy.: 45.62 g; Węglowodany ogółem: 369.35 g; W tym cukry: 86.45 g; Błonnik pok.: 26.64 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2833.30 kcal; Białko ogółem: 125.34 g; Tłuszcz: 97.17 g; Kw. tł. nasy.: 50.69 g; Węglowodany ogółem: 373.29 g; W tym cukry: 64.64 g; Błonnik pok.: 31.56 g; Sól: 12.18 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1.Podstawowa	KRK- RYD 2.Łatwo strawna	KRK- RYD 2a.Niskotłuszczowa	KRK- RYD 3.Papkowata	KRK- RYD 3b.Płynna odżywcza	KRK- RYD 6.Sonda	KRK- RYD-7.Cukrzycowa	KRK- RYD 7a.Cukrzyca niskotłuszczowa	KRK- RYD Wegetariańska	KRK- RYD Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-28 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłka prażone b/c 100 g
	II ŚN							Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () b/c 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany -zmielony 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () b/c 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () b/c 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***)
		Wartość energetyczna: 2356.93 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 87.54 g; Kw. tł. nasy.: 39.92 g; Węglowodany ogółem: 312.98 g; W tym cukry: 67.99 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2005.28 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 277.78 g; W tym cukry: 51.68 g; Błonnik pok.: 16.65 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2134.53 kcal; Białko ogółem: 98.40 g; Tłuszcz: 59.76 g; Kw. tł. nasy.: 30.11 g; Węglowodany ogółem: 311.87 g; W tym cukry: 62.58 g; Błonnik pok.: 27.26 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 2543.83 kcal; Białko ogółem: 118.20 g; Tłuszcz: 66.45 g; Kw. tł. nasy.: 33.71 g; Węglowodany ogółem: 380.44 g; W tym cukry: 82.53 g; Błonnik pok.: 28.82 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2465.95 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 114.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 240.94 g; W tym cukry: 91.79 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2273.13 kcal; Białko ogółem: 120.81 g; Tłuszcz: 78.76 g; Kw. tł. nasy.: 44.62 g; Węglowodany ogółem: 283.04 g; W tym cukry: 38.37 g; Błonnik pok.: 32.63 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 2332.88 kcal; Białko ogółem: 113.72 g; Tłuszcz: 66.58 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 331.58 g; W tym cukry: 39.45 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 9.50 g;	Wartość energetyczna: 2258.68 kcal; Białko ogółem: 74.74 g; Tłuszcz: 84.31 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 313.92 g; W tym cukry: 67.31 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 5.65 g;	Wartość energetyczna: 1830.54 kcal; Białko ogółem: 78.73 g; Tłuszcz: 57.66 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 247.43 g; W tym cukry: 42.88 g; Błonnik pok.: 11.41 g; Sól: 3.10 g;	Wartość energetyczna: 2165.40 kcal; Białko ogółem: 99.23 g; Tłuszcz: 68.99 g; Kw. tł. nasy.: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 291.96 g; W tym cukry: 51.47 g; Błonnik pok.: 18.76 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2401.74 kcal; Białko ogółem: 114.35 g; Tłuszcz: 78.81 g; Kw. tł. nasy.: 47.11 g; Węglowodany ogółem: 315.67 g; W tym cukry: 29.54 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 10.24 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-29 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (***SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g (***SOJ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2386.91 kcal; Białko ogółem: 86.20 g; Tłuszcz: 76.07 g; Kw. tł. nasy.: 35.80 g; Węglowodany ogółem: 355.54 g; W tym cukry: 79.46 g; Błonnik pok.: 38.53 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2289.32 kcal; Białko ogółem: 84.80 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 35.28 g; Węglowodany ogółem: 334.97 g; W tym cukry: 75.93 g; Błonnik pok.: 34.07 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2399.17 kcal; Białko ogółem: 97.67 g; Tłuszcz: 75.59 g; Kw. tł. nasy.: 36.50 g; Węglowodany ogółem: 346.11 g; W tym cukry: 83.94 g; Błonnik pok.: 33.22 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 2508.57 kcal; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 75.42 g; Kw. tł. nasy.: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 368.05 g; W tym cukry: 88.21 g; Błonnik pok.: 34.44 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2520.86 kcal; Białko ogółem: 127.89 g; Tłuszcz: 117.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.48 g; W tym cukry: 96.98 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2284.11 kcal; Białko ogółem: 89.11 g; Tłuszcz: 74.13 g; Kw. tł. nasy.: 36.02 g; Węglowodany ogółem: 334.75 g; W tym cukry: 63.22 g; Błonnik pok.: 44.92 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2410.78 kcal; Białko ogółem: 96.10 g; Tłuszcz: 73.85 g; Kw. tł. nasy.: 36.77 g; Węglowodany ogółem: 354.34 g; W tym cukry: 72.46 g; Błonnik pok.: 33.68 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2453.93 kcal; Białko ogółem: 87.36 g; Tłuszcz: 85.24 g; Kw. tł. nasy.: 43.90 g; Węglowodany ogółem: 350.07 g; W tym cukry: 81.07 g; Błonnik pok.: 36.19 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 1841.91 kcal; Białko ogółem: 50.18 g; Tłuszcz: 69.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 262.42 g; W tym cukry: 54.36 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 2429.78 kcal; Białko ogółem: 82.16 g; Tłuszcz: 85.32 g; Kw. tł. nasy.: 42.70 g; Węglowodany ogółem: 349.67 g; W tym cukry: 86.63 g; Błonnik pok.: 36.47 g; Sól: 9.69 g;	Wartość energetyczna: 2760.28 kcal; Białko ogółem: 103.52 g; Tłuszcz: 93.60 g; Kw. tł. nasy.: 45.39 g; Węglowodany ogółem: 393.78 g; W tym cukry: 85.49 g; Błonnik pok.: 39.88 g; Sól: 11.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-04-30 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana (zmielona) 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino ()RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z warzywami i serem żółtym* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Dynia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)					Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana ()RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2682.12 kcal; Białko ogółem: 123.78 g; Tłuszcz: 90.03 g; Kw. tł. nasy.: 41.41 g; Węglowodany ogółem: 350.18 g; W tym cukry: 64.84 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 2636.00 kcal; Białko ogółem: 117.58 g; Tłuszcz: 80.25 g; Kw. tł. nasy.: 39.03 g; Węglowodany ogółem: 366.13 g; W tym cukry: 72.84 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2675.88 kcal; Białko ogółem: 117.33 g; Tłuszcz: 80.20 g; Kw. tł. nasy.: 39.02 g; Węglowodany ogółem: 374.94 g; W tym cukry: 72.60 g; Błonnik pok.: 22.18 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2904.66 kcal; Białko ogółem: 125.64 g; Tłuszcz: 79.89 g; Kw. tł. nasy.: 38.57 g; Węglowodany ogółem: 427.03 g; W tym cukry: 76.79 g; Błonnik pok.: 25.77 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 2479.59 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 122.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 226.61 g; W tym cukry: 108.41 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2348.00 kcal; Białko ogółem: 121.99 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw. tł. nasy.: 40.50 g; Węglowodany ogółem: 293.62 g; W tym cukry: 59.98 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 9.77 g;	Wartość energetyczna: 2512.19 kcal; Białko ogółem: 115.74 g; Tłuszcz: 78.34 g; Kw. tł. nasy.: 40.47 g; Węglowodany ogółem: 341.83 g; W tym cukry: 65.23 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2686.51 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 102.12 g; Kw. tł. nasy.: 52.26 g; Węglowodany ogółem: 363.05 g; W tym cukry: 65.81 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 1967.56 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 258.25 g; W tym cukry: 47.42 g; Błonnik pok.: 15.30 g; Sól: 4.57 g;	Wartość energetyczna: 2773.38 kcal; Białko ogółem: 121.28 g; Tłuszcz: 87.82 g; Kw. tł. nasy.: 41.29 g; Węglowodany ogółem: 377.79 g; W tym cukry: 72.88 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sól: 8.48 g;	Wartość energetyczna: 2919.43 kcal; Białko ogółem: 134.20 g; Tłuszcz: 93.25 g; Kw. tł. nasy.: 46.77 g; Węglowodany ogółem: 391.75 g; W tym cukry: 83.47 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 10.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-01 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (***MLE,***)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (***MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 3001.16 kcal; Białko ogółem: 114.67 g; Tłuszcz: 110.03 g; Kw. tł. nasy.: 52.55 g; Węglowodany ogółem: 403.91 g; W tym cukry: 83.84 g; Błonnik pok.: 33.80 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 2425.88 kcal; Białko ogółem: 99.33 g; Tłuszcz: 72.21 g; Kw. tł. nasy.: 40.80 g; Węglowodany ogółem: 355.89 g; W tym cukry: 82.98 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2420.66 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 40.77 g; Węglowodany ogółem: 351.01 g; W tym cukry: 70.62 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 8.59 g;	Wartość energetyczna: 2519.73 kcal; Białko ogółem: 109.58 g; Tłuszcz: 69.47 g; Kw. tł. nasy.: 36.71 g; Węglowodany ogółem: 374.13 g; W tym cukry: 82.31 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2596.91 kcal; Białko ogółem: 131.25 g; Tłuszcz: 126.70 g; Kw. tł. nasy.: 32.85 g; Węglowodany ogółem: 243.52 g; W tym cukry: 105.32 g; Błonnik pok.: 21.90 g; Sól: 4.36 g;	Wartość energetyczna: 2461.85 kcal; Białko ogółem: 105.31 g; Tłuszcz: 87.58 g; Kw. tł. nasy.: 46.64 g; Węglowodany ogółem: 332.34 g; W tym cukry: 62.39 g; Błonnik pok.: 36.61 g; Sól: 9.75 g;	Wartość energetyczna: 2263.52 kcal; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz: 63.30 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 340.98 g; W tym cukry: 66.11 g; Błonnik pok.: 29.36 g; Sól: 9.48 g;	Wartość energetyczna: 2610.57 kcal; Białko ogółem: 98.60 g; Tłuszcz: 92.28 g; Kw. tł. nasy.: 49.49 g; Węglowodany ogółem: 362.33 g; W tym cukry: 95.00 g; Błonnik pok.: 34.37 g; Sól: 5.78 g;	Wartość energetyczna: 2014.77 kcal; Białko ogółem: 69.37 g; Tłuszcz: 68.16 g; Kw. tł. nasy.: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 286.45 g; W tym cukry: 58.46 g; Błonnik pok.: 18.45 g; Sól: 4.29 g;	Wartość energetyczna: 2420.66 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 40.77 g; Węglowodany ogółem: 351.01 g; W tym cukry: 70.62 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 8.59 g;	Wartość energetyczna: 2557.73 kcal; Białko ogółem: 107.69 g; Tłuszcz: 72.18 g; Kw. tł. nasy.: 40.26 g; Węglowodany ogółem: 380.57 g; W tym cukry: 84.73 g; Błonnik pok.: 31.48 g; Sól: 9.86 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-02 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Jabłko pieczone 150 g				Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto wegetariańskie z tofu() 350 g (***SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	PN	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2778.38 kcal; Białko ogółem: 111.02 g; Tłuszcz: 94.34 g; Kw. tł. nasy.: 43.52 g; Węglowodany ogółem: 389.74 g; W tym cukry: 71.79 g; Błonnik pok.: 40.04 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2736.84 kcal; Białko ogółem: 108.07 g; Tłuszcz: 97.47 g; Kw. tł. nasy.: 42.86 g; Węglowodany ogółem: 368.93 g; W tym cukry: 68.78 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2764.44 kcal; Białko ogółem: 107.66 g; Tłuszcz: 97.14 g; Kw. tł. nasy.: 42.75 g; Węglowodany ogółem: 375.17 g; W tym cukry: 76.14 g; Błonnik pok.: 27.26 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2793.14 kcal; Białko ogółem: 112.92 g; Tłuszcz: 90.33 g; Kw. tł. nasy.: 38.14 g; Węglowodany ogółem: 392.55 g; W tym cukry: 79.42 g; Błonnik pok.: 31.45 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2490.34 kcal; Białko ogółem: 128.22 g; Tłuszcz: 117.06 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 239.64 g; W tym cukry: 96.10 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2335.58 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 88.77 g; Kw. tł. nasy.: 40.31 g; Węglowodany ogółem: 303.19 g; W tym cukry: 31.43 g; Błonnik pok.: 37.27 g; Sól: 8.14 g;	Wartość energetyczna: 2456.41 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 89.47 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 333.80 g; W tym cukry: 56.09 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2947.67 kcal; Białko ogółem: 96.17 g; Tłuszcz: 116.00 g; Kw. tł. nasy.: 42.83 g; Węglowodany ogółem: 393.19 g; W tym cukry: 72.93 g; Błonnik pok.: 38.40 g; Sól: 9.20 g;	Wartość energetyczna: 2251.67 kcal; Białko ogółem: 71.25 g; Tłuszcz: 90.89 g; Kw. tł. nasy.: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 294.08 g; W tym cukry: 44.05 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 3.50 g;	Wartość energetyczna: 2700.06 kcal; Białko ogółem: 96.05 g; Tłuszcz: 101.18 g; Kw. tł. nasy.: 48.54 g; Węglowodany ogółem: 358.57 g; W tym cukry: 70.77 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2715.03 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 101.56 g; Kw. tł. nasy.: 49.61 g; Węglowodany ogółem: 360.50 g; W tym cukry: 52.62 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sól: 8.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-03 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem. (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2707.95 kcal; Białko ogółem: 110.75 g; Tłuszcz: 90.84 g; Kw. tł. nasy.: 40.43 g; Węglowodany ogółem: 374.96 g; W tym cukry: 92.72 g; Błonnik pok.: 31.26 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 2493.74 kcal; Białko ogółem: 108.38 g; Tłuszcz: 80.16 g; Kw. tł. nasy.: 39.52 g; Węglowodany ogółem: 345.13 g; W tym cukry: 79.91 g; Błonnik pok.: 24.98 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 2472.04 kcal; Białko ogółem: 110.26 g; Tłuszcz: 75.85 g; Kw. tł. nasy.: 36.68 g; Węglowodany ogółem: 348.83 g; W tym cukry: 81.34 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2630.98 kcal; Białko ogółem: 111.69 g; Tłuszcz: 75.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.28 g; Węglowodany ogółem: 389.04 g; W tym cukry: 84.94 g; Błonnik pok.: 27.08 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2602.65 kcal; Białko ogółem: 131.00 g; Tłuszcz: 124.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 249.78 g; W tym cukry: 108.95 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 2382.80 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 90.06 g; Kw. tł. nasy.: 47.25 g; Węglowodany ogółem: 295.68 g; W tym cukry: 68.11 g; Błonnik pok.: 32.69 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 2408.20 kcal; Białko ogółem: 117.39 g; Tłuszcz: 76.57 g; Kw. tł. nasy.: 37.63 g; Węglowodany ogółem: 323.00 g; W tym cukry: 69.49 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 2750.02 kcal; Białko ogółem: 98.20 g; Tłuszcz: 98.33 g; Kw. tł. nasy.: 42.27 g; Węglowodany ogółem: 380.09 g; W tym cukry: 96.44 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 5.48 g;	Wartość energetyczna: 2041.43 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.28 g; Węglowodany ogółem: 275.75 g; W tym cukry: 53.12 g; Błonnik pok.: 16.61 g; Sól: 2.46 g;	Wartość energetyczna: 2489.42 kcal; Białko ogółem: 106.68 g; Tłuszcz: 79.34 g; Kw. tł. nasy.: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 348.03 g; W tym cukry: 80.81 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2844.66 kcal; Białko ogółem: 136.03 g; Tłuszcz: 102.29 g; Kw. tł. nasy.: 51.47 g; Węglowodany ogółem: 358.02 g; W tym cukry: 81.01 g; Błonnik pok.: 28.19 g; Sól: 9.75 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-04 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Musztarda 20 g (***GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka wołowa - zmielona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z warzywami i soczewicą wegetariańskie () 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 80 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 80 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2890.40 kcal; Białko ogółem: 120.01 g; Tłuszcz: 107.66 g; Kw. tł. nasy.: 43.17 g; Węglowodany ogółem: 375.16 g; W tym cukry: 67.36 g; Błonnik pok.: 36.29 g; Sól: 10.67 g;	Wartość energetyczna: 2529.28 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 85.76 g; Kw. tł. nasy.: 35.98 g; Węglowodany ogółem: 351.01 g; W tym cukry: 70.11 g; Błonnik pok.: 32.46 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 2607.87 kcal; Białko ogółem: 100.84 g; Tłuszcz: 87.00 g; Kw. tł. nasy.: 36.04 g; Węglowodany ogółem: 368.41 g; W tym cukry: 86.98 g; Błonnik pok.: 31.68 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2637.71 kcal; Białko ogółem: 107.85 g; Tłuszcz: 75.44 g; Kw. tł. nasy.: 34.60 g; Węglowodany ogółem: 395.95 g; W tym cukry: 95.88 g; Błonnik pok.: 32.83 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 2469.52 kcal; Białko ogółem: 122.34 g; Tłuszcz: 116.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 244.38 g; W tym cukry: 97.42 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2428.74 kcal; Białko ogółem: 115.19 g; Tłuszcz: 85.08 g; Kw. tł. nasy.: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 317.67 g; W tym cukry: 61.02 g; Błonnik pok.: 37.15 g; Sól: 9.91 g;	Wartość energetyczna: 2533.74 kcal; Białko ogółem: 104.49 g; Tłuszcz: 87.27 g; Kw. tł. nasy.: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 344.60 g; W tym cukry: 69.23 g; Błonnik pok.: 34.57 g; Sól: 9.75 g;	Wartość energetyczna: 2499.26 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 82.89 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 368.80 g; W tym cukry: 71.43 g; Błonnik pok.: 39.02 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2106.18 kcal; Białko ogółem: 68.18 g; Tłuszcz: 81.32 g; Kw. tł. nasy.: 28.92 g; Węglowodany ogółem: 282.27 g; W tym cukry: 44.84 g; Błonnik pok.: 23.37 g; Sól: 4.66 g;	Wartość energetyczna: 2659.39 kcal; Białko ogółem: 109.52 g; Tłuszcz: 86.19 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 374.05 g; W tym cukry: 93.09 g; Błonnik pok.: 32.30 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2857.26 kcal; Białko ogółem: 120.50 g; Tłuszcz: 89.97 g; Kw. tł. nasy.: 39.85 g; Węglowodany ogółem: 405.63 g; W tym cukry: 98.09 g; Błonnik pok.: 38.99 g; Sól: 8.58 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-05 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Salami kiełbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewajaca, wędzona. 50 g (***SOJ, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (***SOJ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2352.57 kcal; Białko ogółem: 106.85 g; Tłuszcz: 93.62 g; Kw. tł. nasy.: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 281.74 g; W tym cukry: 52.74 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2119.93 kcal; Białko ogółem: 106.48 g; Tłuszcz: 75.30 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 264.52 g; W tym cukry: 42.18 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2008.28 kcal; Białko ogółem: 85.80 g; Tłuszcz: 58.45 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 296.06 g; W tym cukry: 46.71 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2456.37 kcal; Białko ogółem: 113.74 g; Tłuszcz: 69.78 g; Kw. tł. nasy.: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 356.95 g; W tym cukry: 67.38 g; Błonnik pok.: 32.03 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2524.75 kcal; Białko ogółem: 126.63 g; Tłuszcz: 119.84 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 244.52 g; W tym cukry: 96.12 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2297.67 kcal; Białko ogółem: 120.24 g; Tłuszcz: 82.51 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 282.36 g; W tym cukry: 52.01 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2195.75 kcal; Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz: 61.83 g; Kw. tł. nasy.: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 327.91 g; W tym cukry: 51.85 g; Błonnik pok.: 30.55 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2111.60 kcal; Białko ogółem: 88.45 g; Tłuszcz: 70.55 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 287.81 g; W tym cukry: 52.37 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 1965.89 kcal; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 76.09 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 239.26 g; W tym cukry: 33.52 g; Błonnik pok.: 17.22 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2209.82 kcal; Białko ogółem: 95.42 g; Tłuszcz: 84.28 g; Kw. tł. nasy.: 42.62 g; Węglowodany ogółem: 276.97 g; W tym cukry: 39.10 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2431.79 kcal; Białko ogółem: 112.27 g; Tłuszcz: 89.91 g; Kw. tł. nasy.: 43.69 g; Węglowodany ogółem: 304.01 g; W tym cukry: 37.94 g; Błonnik pok.: 26.76 g; Sól: 9.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-06 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rukola 10 g Ogórek kiszony 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek kiszony 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Rukola 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek ()z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ()z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ()z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek ()z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ()z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2413.13 kcal; Białko ogółem: 83.04 g; Tłuszcz: 79.79 g; Kw. tł. nasy.: 46.85 g; Węglowodany ogółem: 348.82 g; W tym cukry: 63.96 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2289.65 kcal; Białko ogółem: 80.69 g; Tłuszcz: 65.88 g; Kw. tł. nasy.: 36.64 g; Węglowodany ogółem: 351.33 g; W tym cukry: 65.87 g; Błonnik pok.: 19.13 g; Sól: 6.11 g;	Wartość energetyczna: 2336.01 kcal; Białko ogółem: 81.38 g; Tłuszcz: 65.84 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 360.84 g; W tym cukry: 75.66 g; Błonnik pok.: 20.29 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2443.85 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.38 g; Węglowodany ogółem: 377.47 g; W tym cukry: 88.34 g; Błonnik pok.: 21.51 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2571.78 kcal; Białko ogółem: 131.17 g; Tłuszcz: 123.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 110.22 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 2092.98 kcal; Białko ogółem: 79.62 g; Tłuszcz: 77.50 g; Kw. tł. nasy.: 46.18 g; Węglowodany ogółem: 280.94 g; W tym cukry: 35.74 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2112.61 kcal; Białko ogółem: 75.00 g; Tłuszcz: 63.34 g; Kw. tł. nasy.: 36.03 g; Węglowodany ogółem: 318.31 g; W tym cukry: 46.97 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2397.37 kcal; Białko ogółem: 76.66 g; Tłuszcz: 81.72 g; Kw. tł. nasy.: 47.65 g; Węglowodany ogółem: 347.21 g; W tym cukry: 62.85 g; Błonnik pok.: 18.30 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 1866.52 kcal; Białko ogółem: 47.72 g; Tłuszcz: 60.79 g; Kw. tł. nasy.: 29.72 g; Węglowodany ogółem: 285.62 g; W tym cukry: 41.23 g; Błonnik pok.: 13.75 g; Sól: 2.37 g;	Wartość energetyczna: 2478.40 kcal; Białko ogółem: 77.69 g; Tłuszcz: 76.71 g; Kw. tł. nasy.: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 377.70 g; W tym cukry: 74.91 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2476.14 kcal; Białko ogółem: 84.29 g; Tłuszcz: 81.03 g; Kw. tł. nasy.: 49.15 g; Węglowodany ogółem: 362.21 g; W tym cukry: 59.08 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 9.55 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-07 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (zmielony) 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (bez glutenu) 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2426.73 kcal; Białko ogółem: 105.67 g; Tłuszcz: 84.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 325.62 g; W tym cukry: 72.07 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 2270.51 kcal; Białko ogółem: 100.99 g; Tłuszcz: 68.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 326.92 g; W tym cukry: 76.78 g; Błonnik pok.: 29.07 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2459.89 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; Tłuszcz: 76.63 g; Kw. tł. nasy.: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 349.59 g; W tym cukry: 91.09 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2591.24 kcal; Białko ogółem: 113.37 g; Tłuszcz: 76.26 g; Kw. tł. nasy.: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 378.31 g; W tym cukry: 94.68 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2513.58 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 118.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; W tym cukry: 96.00 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2159.43 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 290.56 g; W tym cukry: 52.44 g; Błonnik pok.: 36.87 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2348.37 kcal; Białko ogółem: 103.14 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 36.21 g; Węglowodany ogółem: 335.65 g; W tym cukry: 68.59 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2560.75 kcal; Białko ogółem: 79.17 g; Tłuszcz: 111.01 g; Kw. tł. nasy.: 37.91 g; Węglowodany ogółem: 323.63 g; W tym cukry: 89.45 g; Błonnik pok.: 29.42 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 1814.15 kcal; Białko ogółem: 64.92 g; Tłuszcz: 61.65 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 257.54 g; W tym cukry: 51.44 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2339.39 kcal; Białko ogółem: 100.84 g; Tłuszcz: 68.73 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 343.89 g; W tym cukry: 91.09 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2546.76 kcal; Białko ogółem: 119.42 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 365.83 g; W tym cukry: 78.93 g; Błonnik pok.: 36.78 g; Sól: 9.73 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-08 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzycą () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2798.27 kcal; Białko ogółem: 105.13 g; Tłuszcz: 112.50 g; Kw. tł. nasy.: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 357.73 g; W tym cukry: 74.53 g; Błonnik pok.: 34.37 g; Sól: 10.68 g;	Wartość energetyczna: 2547.33 kcal; Białko ogółem: 105.94 g; Tłuszcz: 86.12 g; Kw. tł. nasy.: 40.09 g; Węglowodany ogółem: 345.38 g; W tym cukry: 67.99 g; Błonnik pok.: 24.42 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2636.79 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 91.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 356.69 g; W tym cukry: 74.23 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2746.19 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 91.31 g; Kw. tł. nasy.: 40.05 g; Węglowodany ogółem: 378.63 g; W tym cukry: 78.50 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2581.86 kcal; Białko ogółem: 132.29 g; Tłuszcz: 126.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 239.69 g; W tym cukry: 105.92 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 2592.22 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 90.92 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 351.20 g; W tym cukry: 70.77 g; Błonnik pok.: 33.90 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2622.83 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 87.00 g; Kw. tł. nasy.: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 369.55 g; W tym cukry: 74.81 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 2536.71 kcal; Białko ogółem: 85.04 g; Tłuszcz: 91.17 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 358.49 g; W tym cukry: 77.77 g; Błonnik pok.: 31.19 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2126.38 kcal; Białko ogółem: 75.33 g; Tłuszcz: 86.07 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 263.71 g; W tym cukry: 42.41 g; Błonnik pok.: 13.29 g; Sól: 3.17 g;	Wartość energetyczna: 2727.69 kcal; Białko ogółem: 100.62 g; Tłuszcz: 110.65 g; Kw. tł. nasy.: 50.42 g; Węglowodany ogółem: 343.15 g; W tym cukry: 75.28 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Sól: 10.16 g;	Wartość energetyczna: 2999.96 kcal; Białko ogółem: 109.13 g; Tłuszcz: 115.05 g; Kw. tł. nasy.: 53.88 g; Węglowodany ogółem: 393.60 g; W tym cukry: 92.47 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 11.69 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-09 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Frittata z jajkiem 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)
		Wartość energetyczna: 2657.93 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 94.48 g; Kw. tł. nasy.: 46.26 g; Węglowodany ogółem: 346.35 g; W tym cukry: 68.25 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 2419.51 kcal; Białko ogółem: 111.81 g; Tłuszcz: 75.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 326.75 g; W tym cukry: 68.13 g; Błonnik pok.: 16.30 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2463.13 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 74.72 g; Kw. tł. nasy.: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 344.79 g; W tym cukry: 72.29 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2691.91 kcal; Białko ogółem: 119.89 g; Tłuszcz: 74.41 g; Kw. tł. nasy.: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 396.88 g; W tym cukry: 76.48 g; Błonnik pok.: 27.08 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2414.62 kcal; Białko ogółem: 120.99 g; Tłuszcz: 115.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 109.64 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 4.20 g;	Wartość energetyczna: 2596.77 kcal; Białko ogółem: 118.18 g; Tłuszcz: 87.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 344.37 g; W tym cukry: 63.98 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2457.45 kcal; Białko ogółem: 106.17 g; Tłuszcz: 72.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 355.38 g; W tym cukry: 73.11 g; Błonnik pok.: 25.18 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 2271.41 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 87.49 g; Kw. tł. nasy.: 46.63 g; Węglowodany ogółem: 298.37 g; W tym cukry: 68.82 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 1956.33 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz: 69.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 257.05 g; W tym cukry: 42.72 g; Błonnik pok.: 10.69 g; Sól: 2.78 g;	Wartość energetyczna: 2707.40 kcal; Białko ogółem: 107.37 g; Tłuszcz: 102.39 g; Kw. tł. nasy.: 43.29 g; Węglowodany ogółem: 342.80 g; W tym cukry: 64.37 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 8.31 g;	Wartość energetyczna: 3115.87 kcal; Białko ogółem: 123.08 g; Tłuszcz: 106.56 g; Kw. tł. nasy.: 46.75 g; Węglowodany ogółem: 421.45 g; W tym cukry: 68.36 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 9.84 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-10 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik () RYD 700 g (***JAJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet jaglany z serem top i pietruszką 100 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku (bez glutenu)() 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Jabłko pieczone 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2627.92 kcal; Białko ogółem: 93.80 g; Tłuszcz: 89.04 g; Kw. tł. nasy.: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 373.20 g; W tym cukry: 93.71 g; Błonnik pok.: 30.92 g; Sól: 6.19 g;	Wartość energetyczna: 2446.02 kcal; Białko ogółem: 92.63 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 363.86 g; W tym cukry: 76.02 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2457.57 kcal; Białko ogółem: 96.92 g; Tłuszcz: 68.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 370.41 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2641.43 kcal; Białko ogółem: 101.05 g; Tłuszcz: 69.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 412.19 g; W tym cukry: 88.18 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2533.67 kcal; Białko ogółem: 129.19 g; Tłuszcz: 118.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.69 g; W tym cukry: 95.93 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2148.29 kcal; Białko ogółem: 105.66 g; Tłuszcz: 72.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 282.90 g; W tym cukry: 48.51 g; Błonnik pok.: 33.72 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 2293.94 kcal; Białko ogółem: 104.38 g; Tłuszcz: 64.70 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 333.50 g; W tym cukry: 72.61 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2584.63 kcal; Białko ogółem: 67.53 g; Tłuszcz: 90.43 g; Kw. tł. nasy.: 36.34 g; Węglowodany ogółem: 384.80 g; W tym cukry: 93.69 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 1985.38 kcal; Białko ogółem: 58.54 g; Tłuszcz: 64.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 295.60 g; W tym cukry: 51.53 g; Błonnik pok.: 22.77 g; Sól: 2.49 g;	Wartość energetyczna: 2477.19 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 370.11 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2619.77 kcal; Białko ogółem: 110.92 g; Tłuszcz: 74.10 g; Kw. tł. nasy.: 34.72 g; Węglowodany ogółem: 389.11 g; W tym cukry: 97.31 g; Błonnik pok.: 36.09 g; Sól: 7.33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-11 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2609.55 kcal; Białko ogółem: 101.73 g; Tłuszcz: 96.49 g; Kw. tł. nasy.: 48.61 g; Węglowodany ogółem: 342.74 g; W tym cukry: 60.64 g; Błonnik pok.: 31.65 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2509.11 kcal; Białko ogółem: 96.08 g; Tłuszcz: 78.29 g; Kw. tł. nasy.: 38.67 g; Węglowodany ogółem: 363.03 g; W tym cukry: 70.66 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2555.47 kcal; Białko ogółem: 96.76 g; Tłuszcz: 78.25 g; Kw. tł. nasy.: 38.66 g; Węglowodany ogółem: 372.54 g; W tym cukry: 80.45 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2771.35 kcal; Białko ogółem: 107.91 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kw. tł. nasy.: 38.31 g; Węglowodany ogółem: 417.08 g; W tym cukry: 92.77 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2475.68 kcal; Białko ogółem: 127.87 g; Tłuszcz: 125.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 220.42 g; W tym cukry: 106.01 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 2451.34 kcal; Białko ogółem: 97.17 g; Tłuszcz: 89.87 g; Kw. tł. nasy.: 46.87 g; Węglowodany ogółem: 329.55 g; W tym cukry: 62.79 g; Błonnik pok.: 35.32 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2434.00 kcal; Białko ogółem: 89.26 g; Tłuszcz: 73.92 g; Kw. tł. nasy.: 37.72 g; Węglowodany ogółem: 360.93 g; W tym cukry: 76.31 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 9.98 g;	Wartość energetyczna: 2667.74 kcal; Białko ogółem: 92.28 g; Tłuszcz: 90.58 g; Kw. tł. nasy.: 46.40 g; Węglowodany ogółem: 387.55 g; W tym cukry: 66.57 g; Błonnik pok.: 41.08 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2131.87 kcal; Białko ogółem: 65.34 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.72 g; Węglowodany ogółem: 282.82 g; W tym cukry: 41.17 g; Błonnik pok.: 16.02 g; Sól: 4.27 g;	Wartość energetyczna: 2767.41 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 98.00 g; Kw. tł. nasy.: 49.86 g; Węglowodany ogółem: 375.97 g; W tym cukry: 80.42 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 8.91 g;	Wartość energetyczna: 2932.17 kcal; Białko ogółem: 112.31 g; Tłuszcz: 102.55 g; Kw. tł. nasy.: 53.28 g; Węglowodany ogółem: 401.96 g; W tym cukry: 92.90 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 10.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-12 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany (zmielony) 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw z jajkiem() 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2330.01 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 329.90 g; W tym cukry: 76.86 g; Błonnik pok.: 32.33 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2195.31 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 312.59 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2607.09 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 75.50 g; Kw. tł. nasy.: 37.71 g; Węglowodany ogółem: 382.98 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 35.27 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2512.95 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 117.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 244.26 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2181.60 kcal; Białko ogółem: 115.06 g; Tłuszcz: 68.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 292.34 g; W tym cukry: 56.75 g; Błonnik pok.: 37.73 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2340.96 kcal; Białko ogółem: 108.55 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 331.79 g; W tym cukry: 72.69 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2362.42 kcal; Białko ogółem: 67.20 g; Tłuszcz: 101.28 g; Kw. tł. nasy.: 40.82 g; Węglowodany ogółem: 304.20 g; W tym cukry: 82.29 g; Błonnik pok.: 30.00 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2031.45 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; W tym cukry: 68.42 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2378.96 kcal; Białko ogółem: 108.35 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 335.79 g; W tym cukry: 73.89 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.29 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-13 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki z serem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek ()z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek ()z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - dyniowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek ()z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek ()z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek ()z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2899.81 kcal; Białko ogółem: 110.05 g; Tłuszcz: 92.05 g; Kw. tł. nasy.: 43.26 g; Węglowodany ogółem: 420.40 g; W tym cukry: 93.43 g; Błonnik pok.: 29.21 g; Sól: 6.71 g;	Wartość energetyczna: 2328.56 kcal; Białko ogółem: 88.68 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kw. tł. nasy.: 40.34 g; Węglowodany ogółem: 338.13 g; W tym cukry: 63.06 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 2419.31 kcal; Białko ogółem: 98.15 g; Tłuszcz: 69.64 g; Kw. tł. nasy.: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 353.63 g; W tym cukry: 67.65 g; Błonnik pok.: 23.30 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2518.11 kcal; Białko ogółem: 107.05 g; Tłuszcz: 70.14 g; Kw. tł. nasy.: 38.38 g; Węglowodany ogółem: 369.88 g; W tym cukry: 79.99 g; Błonnik pok.: 23.91 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 2430.74 kcal; Białko ogółem: 122.69 g; Tłuszcz: 121.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 220.31 g; W tym cukry: 104.44 g; Błonnik pok.: 19.77 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 2225.97 kcal; Białko ogółem: 95.93 g; Tłuszcz: 74.54 g; Kw. tł. nasy.: 39.76 g; Węglowodany ogółem: 303.28 g; W tym cukry: 50.06 g; Błonnik pok.: 33.91 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2261.86 kcal; Białko ogółem: 91.60 g; Tłuszcz: 66.30 g; Kw. tł. nasy.: 37.86 g; Węglowodany ogółem: 327.93 g; W tym cukry: 53.94 g; Błonnik pok.: 21.97 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2737.96 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 102.43 g; Kw. tł. nasy.: 42.63 g; Węglowodany ogółem: 365.17 g; W tym cukry: 61.40 g; Błonnik pok.: 26.04 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 1868.35 kcal; Białko ogółem: 51.09 g; Tłuszcz: 66.33 g; Kw. tł. nasy.: 33.12 g; Węglowodany ogółem: 268.65 g; W tym cukry: 36.02 g; Błonnik pok.: 13.60 g; Sól: 2.84 g;	Wartość energetyczna: 2331.28 kcal; Białko ogółem: 72.50 g; Tłuszcz: 67.89 g; Kw. tł. nasy.: 37.83 g; Węglowodany ogółem: 362.58 g; W tym cukry: 67.95 g; Błonnik pok.: 25.26 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 2443.02 kcal; Białko ogółem: 79.89 g; Tłuszcz: 72.13 g; Kw. tł. nasy.: 41.19 g; Węglowodany ogółem: 374.57 g; W tym cukry: 68.82 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sól: 8.32 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-14 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz sojowy z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2842.51 kcal; Białko ogółem: 115.26 g; Tłuszcz: 102.94 g; Kw. tł. nasy.: 51.04 g; Węglowodany ogółem: 371.84 g; W tym cukry: 78.30 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2736.58 kcal; Białko ogółem: 118.94 g; Tłuszcz: 93.95 g; Kw. tł. nasy.: 42.36 g; Węglowodany ogółem: 361.11 g; W tym cukry: 78.61 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2797.36 kcal; Białko ogółem: 118.13 g; Tłuszcz: 94.35 g; Kw. tł. nasy.: 42.85 g; Węglowodany ogółem: 376.94 g; W tym cukry: 78.46 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 3072.06 kcal; Białko ogółem: 129.06 g; Tłuszcz: 97.81 g; Kw. tł. nasy.: 44.62 g; Węglowodany ogółem: 429.37 g; W tym cukry: 82.92 g; Błonnik pok.: 28.46 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2385.55 kcal; Białko ogółem: 124.55 g; Tłuszcz: 121.40 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 206.82 g; W tym cukry: 101.15 g; Błonnik pok.: 16.84 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 2357.06 kcal; Białko ogółem: 112.56 g; Tłuszcz: 85.98 g; Kw. tł. nasy.: 40.82 g; Węglowodany ogółem: 294.83 g; W tym cukry: 67.64 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2502.63 kcal; Białko ogółem: 105.69 g; Tłuszcz: 87.18 g; Kw. tł. nasy.: 41.51 g; Węglowodany ogółem: 332.58 g; W tym cukry: 67.15 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 2697.42 kcal; Białko ogółem: 107.24 g; Tłuszcz: 88.96 g; Kw. tł. nasy.: 47.44 g; Węglowodany ogółem: 371.83 g; W tym cukry: 77.60 g; Błonnik pok.: 33.66 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2097.40 kcal; Białko ogółem: 79.32 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 258.40 g; W tym cukry: 53.20 g; Błonnik pok.: 16.15 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2967.54 kcal; Białko ogółem: 117.20 g; Tłuszcz: 113.71 g; Kw. tł. nasy.: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 377.37 g; W tym cukry: 81.15 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 3040.52 kcal; Białko ogółem: 129.89 g; Tłuszcz: 117.54 g; Kw. tł. nasy.: 51.67 g; Węglowodany ogółem: 375.72 g; W tym cukry: 79.99 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 10.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-15 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (***MLE, S02,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (***MLE, S02,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
	PN	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2474.54 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 85.16 g; Kw. tł. nasy.: 38.64 g; Węglowodany ogółem: 340.61 g; W tym cukry: 66.32 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2329.40 kcal; Białko ogółem: 90.09 g; Tłuszcz: 79.81 g; Kw. tł. nasy.: 38.35 g; Węglowodany ogółem: 325.59 g; W tym cukry: 66.88 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2425.11 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 76.20 g; Kw. tł. nasy.: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 352.93 g; W tym cukry: 93.49 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2468.00 kcal; Białko ogółem: 96.73 g; Tłuszcz: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 373.47 g; W tym cukry: 95.57 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 10.19 g;	Wartość energetyczna: 2454.48 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 116.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 235.04 g; W tym cukry: 90.42 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2298.95 kcal; Białko ogółem: 95.82 g; Tłuszcz: 86.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 304.42 g; W tym cukry: 59.78 g; Błonnik pok.: 39.18 g; Sól: 10.01 g;	Wartość energetyczna: 2308.64 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz: 73.81 g; Kw. tł. nasy.: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 334.40 g; W tym cukry: 73.48 g; Błonnik pok.: 32.23 g; Sól: 9.69 g;	Wartość energetyczna: 2456.69 kcal; Białko ogółem: 99.86 g; Tłuszcz: 89.57 g; Kw. tł. nasy.: 51.37 g; Węglowodany ogółem: 323.36 g; W tym cukry: 68.39 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 1916.73 kcal; Białko ogółem: 61.37 g; Tłuszcz: 76.72 g; Kw. tł. nasy.: 31.95 g; Węglowodany ogółem: 253.73 g; W tym cukry: 41.93 g; Błonnik pok.: 21.32 g; Sól: 4.22 g;	Wartość energetyczna: 2562.25 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 89.80 g; Kw. tł. nasy.: 46.65 g; Węglowodany ogółem: 353.85 g; W tym cukry: 93.07 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2723.73 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Tłuszcz: 94.38 g; Kw. tł. nasy.: 50.13 g; Węglowodany ogółem: 374.96 g; W tym cukry: 89.42 g; Błonnik pok.: 33.00 g; Sól: 9.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-16 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2620.92 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 99.20 g; Kw. tł. nasy.: 48.69 g; Węglowodany ogółem: 347.07 g; W tym cukry: 83.70 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2517.16 kcal; Białko ogółem: 105.09 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g; W tym cukry: 73.90 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2597.52 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 91.21 g; Kw. tł. nasy.: 40.38 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2709.22 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 90.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.94 g; Węglowodany ogółem: 375.09 g; W tym cukry: 82.70 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 124.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 217.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2345.49 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 85.45 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 305.74 g; W tym cukry: 68.87 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2496.76 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 86.71 g; Kw. tł. nasy.: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2580.48 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 101.61 g; Kw. tł. nasy.: 45.28 g; Węglowodany ogółem: 329.54 g; W tym cukry: 73.66 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2077.96 kcal; Białko ogółem: 73.12 g; Tłuszcz: 84.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 263.17 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sól: 3.42 g;	Wartość energetyczna: 2646.67 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 102.23 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2868.64 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw. tł. nasy.: 50.27 g; Węglowodany ogółem: 373.08 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 9.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-17 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos pieczarkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2657.70 kcal; Białko ogółem: 102.29 g; Tłuszcz: 83.62 g; Kw. tł. nasy.: 35.77 g; Węglowodany ogółem: 387.30 g; W tym cukry: 131.62 g; Błonnik pok.: 28.31 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 2530.59 kcal; Białko ogółem: 99.18 g; Tłuszcz: 78.98 g; Kw. tł. nasy.: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 370.49 g; W tym cukry: 130.39 g; Błonnik pok.: 29.91 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2529.33 kcal; Białko ogółem: 100.13 g; Tłuszcz: 75.66 g; Kw. tł. nasy.: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 374.39 g; W tym cukry: 133.20 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2695.12 kcal; Białko ogółem: 103.91 g; Tłuszcz: 75.31 g; Kw. tł. nasy.: 33.99 g; Węglowodany ogółem: 415.85 g; W tym cukry: 139.16 g; Błonnik pok.: 35.50 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 2494.93 kcal; Białko ogółem: 124.95 g; Tłuszcz: 116.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 246.57 g; W tym cukry: 106.51 g; Błonnik pok.: 17.48 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 2276.65 kcal; Białko ogółem: 112.20 g; Tłuszcz: 89.41 g; Kw. tł. nasy.: 44.86 g; Węglowodany ogółem: 273.91 g; W tym cukry: 59.75 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2364.99 kcal; Białko ogółem: 109.46 g; Tłuszcz: 78.27 g; Kw. tł. nasy.: 36.76 g; Węglowodany ogółem: 318.07 g; W tym cukry: 78.64 g; Błonnik pok.: 32.01 g; Sól: 9.70 g;	Wartość energetyczna: 2789.77 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; Tłuszcz: 97.35 g; Kw. tł. nasy.: 38.00 g; Węglowodany ogółem: 398.83 g; W tym cukry: 135.66 g; Błonnik pok.: 29.03 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2084.65 kcal; Białko ogółem: 64.48 g; Tłuszcz: 73.25 g; Kw. tł. nasy.: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 301.73 g; W tym cukry: 105.40 g; Błonnik pok.: 23.93 g; Sól: 3.11 g;	Wartość energetyczna: 2531.21 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 78.32 g; Kw. tł. nasy.: 34.00 g; Węglowodany ogółem: 373.32 g; W tym cukry: 131.18 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2761.85 kcal; Białko ogółem: 128.35 g; Tłuszcz: 101.75 g; Kw. tł. nasy.: 47.34 g; Węglowodany ogółem: 350.29 g; W tym cukry: 84.98 g; Błonnik pok.: 32.78 g; Sól: 9.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-18 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ.***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Ser topiony 50 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ.***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ.***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa (zmielona) 100 g (***GLU PSZ.***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ.***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ.***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL.***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (***SEL.***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ.***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ.***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE.***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE.***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE.***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Ser topiony 50 g (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE.***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE.***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE.***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE.***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE.***)	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE.***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE.***) Wafle ryżowe 20 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE.***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE.***)
		Wartość energetyczna: 2626.43 kcal; Białko ogółem: 105.56 g; Tłuszcz: 89.74 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 365.19 g; W tym cukry: 69.56 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2414.45 kcal; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 75.01 g; Kw. tł. nasy.: 37.87 g; Węglowodany ogółem: 338.22 g; W tym cukry: 71.03 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2502.20 kcal; Białko ogółem: 108.65 g; Tłuszcz: 75.13 g; Kw. tł. nasy.: 38.32 g; Węglowodany ogółem: 357.36 g; W tym cukry: 65.62 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2745.71 kcal; Białko ogółem: 120.60 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 404.53 g; W tym cukry: 78.56 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sól: 7.42 g;	Wartość energetyczna: 2447.98 kcal; Białko ogółem: 123.40 g; Tłuszcz: 122.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 223.32 g; W tym cukry: 100.45 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2441.20 kcal; Białko ogółem: 102.83 g; Tłuszcz: 84.26 g; Kw. tł. nasy.: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 335.21 g; W tym cukry: 69.04 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2417.85 kcal; Białko ogółem: 101.50 g; Tłuszcz: 71.53 g; Kw. tł. nasy.: 37.54 g; Węglowodany ogółem: 351.48 g; W tym cukry: 64.17 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2606.83 kcal; Białko ogółem: 78.92 g; Tłuszcz: 97.05 g; Kw. tł. nasy.: 45.20 g; Węglowodany ogółem: 370.20 g; W tym cukry: 74.45 g; Błonnik pok.: 34.90 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 1968.35 kcal; Białko ogółem: 70.64 g; Tłuszcz: 73.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.16 g; Węglowodany ogółem: 263.72 g; W tym cukry: 43.02 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2561.70 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw. tł. nasy.: 46.39 g; Węglowodany ogółem: 354.96 g; W tym cukry: 66.12 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2761.74 kcal; Białko ogółem: 108.33 g; Tłuszcz: 90.31 g; Kw. tł. nasy.: 49.83 g; Węglowodany ogółem: 389.76 g; W tym cukry: 81.31 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 10.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-19 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Budyń z udźca kurczaka 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet z jaj 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2508.11 kcal; Białko ogółem: 121.70 g; Tłuszcz: 106.21 g; Kw. tł. nasy.: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 277.16 g; W tym cukry: 54.09 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2418.07 kcal; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 295.52 g; W tym cukry: 63.09 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2368.17 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 297.70 g; W tym cukry: 65.22 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2565.12 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 386.40 g; W tym cukry: 86.76 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2485.08 kcal; Białko ogółem: 134.01 g; Tłuszcz: 106.90 g; Kw. tł. nasy.: 50.87 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 43.07 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2470.43 kcal; Białko ogółem: 124.73 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 294.88 g; W tym cukry: 56.27 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2504.52 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 101.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 329.16 g; W tym cukry: 66.65 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2266.27 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 271.01 g; W tym cukry: 54.39 g; Błonnik pok.: 15.90 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2500.51 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; Tłuszcz: 101.19 g; Kw. tł. nasy.: 47.31 g; Węglowodany ogółem: 286.42 g; W tym cukry: 63.17 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2639.98 kcal; Białko ogółem: 136.75 g; Tłuszcz: 106.82 g; Kw. tł. nasy.: 48.39 g; Węglowodany ogółem: 292.85 g; W tym cukry: 45.03 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 10.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-20 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek ()z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ()z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ()z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ()z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ()z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2429.09 kcal; Białko ogółem: 92.24 g; Tłuszcz: 74.96 g; Kw. tł. nasy.: 40.24 g; Węglowodany ogółem: 356.69 g; W tym cukry: 61.59 g; Błonnik pok.: 31.91 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 2302.76 kcal; Białko ogółem: 84.49 g; Tłuszcz: 70.06 g; Kw. tł. nasy.: 40.12 g; Węglowodany ogółem: 341.86 g; W tym cukry: 66.12 g; Błonnik pok.: 19.23 g; Sól: 5.88 g;	Wartość energetyczna: 2345.54 kcal; Białko ogółem: 80.59 g; Tłuszcz: 68.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.47 g; Węglowodany ogółem: 359.10 g; W tym cukry: 82.44 g; Błonnik pok.: 18.76 g; Sól: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 2476.72 kcal; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz: 69.38 g; Kw. tł. nasy.: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 381.33 g; W tym cukry: 94.26 g; Błonnik pok.: 19.57 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 2463.35 kcal; Białko ogółem: 126.38 g; Tłuszcz: 124.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 218.06 g; W tym cukry: 101.67 g; Błonnik pok.: 18.09 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2339.40 kcal; Białko ogółem: 92.90 g; Tłuszcz: 73.23 g; Kw. tł. nasy.: 40.86 g; Węglowodany ogółem: 340.99 g; W tym cukry: 58.76 g; Błonnik pok.: 37.14 g; Sól: 8.12 g;	Wartość energetyczna: 2361.74 kcal; Białko ogółem: 77.64 g; Tłuszcz: 66.30 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 371.40 g; W tym cukry: 79.03 g; Błonnik pok.: 20.09 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2455.62 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz: 82.84 g; Kw. tł. nasy.: 44.73 g; Węglowodany ogółem: 352.83 g; W tym cukry: 58.12 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 1851.00 kcal; Białko ogółem: 48.24 g; Tłuszcz: 61.69 g; Kw. tł. nasy.: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 278.02 g; W tym cukry: 41.23 g; Błonnik pok.: 12.48 g; Sól: 2.98 g;	Wartość energetyczna: 2387.95 kcal; Białko ogółem: 65.90 g; Tłuszcz: 76.20 g; Kw. tł. nasy.: 44.18 g; Węglowodany ogółem: 364.92 g; W tym cukry: 82.49 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2676.42 kcal; Białko ogółem: 77.87 g; Tłuszcz: 83.06 g; Kw. tł. nasy.: 49.25 g; Węglowodany ogółem: 411.31 g; W tym cukry: 92.21 g; Błonnik pok.: 24.17 g; Sól: 9.10 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-21 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - wielowarzywna z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jaglana na sypko 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (***RYB, SEL,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (***RYB, SEL,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2543.45 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz: 87.06 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 341.55 g; W tym cukry: 66.13 g; Błonnik pok.: 32.87 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 2347.52 kcal; Białko ogółem: 100.86 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 333.61 g; W tym cukry: 66.99 g; Błonnik pok.: 32.15 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 2412.53 kcal; Białko ogółem: 100.85 g; Tłuszcz: 74.38 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 349.50 g; W tym cukry: 66.65 g; Błonnik pok.: 34.42 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2641.31 kcal; Białko ogółem: 109.16 g; Tłuszcz: 74.07 g; Kw. tł. nasy.: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 401.59 g; W tym cukry: 70.84 g; Błonnik pok.: 38.01 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2313.35 kcal; Białko ogółem: 120.17 g; Tłuszcz: 113.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 208.70 g; W tym cukry: 91.86 g; Błonnik pok.: 19.70 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2395.38 kcal; Białko ogółem: 111.41 g; Tłuszcz: 78.38 g; Kw. tł. nasy.: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 328.10 g; W tym cukry: 63.48 g; Błonnik pok.: 39.56 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2451.64 kcal; Białko ogółem: 98.84 g; Tłuszcz: 73.24 g; Kw. tł. nasy.: 35.03 g; Węglowodany ogółem: 364.73 g; W tym cukry: 63.78 g; Błonnik pok.: 37.03 g; Sól: 11.10 g;	Wartość energetyczna: 2425.95 kcal; Białko ogółem: 83.17 g; Tłuszcz: 75.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 368.05 g; W tym cukry: 65.85 g; Błonnik pok.: 36.41 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 1906.19 kcal; Białko ogółem: 69.47 g; Tłuszcz: 67.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 261.99 g; W tym cukry: 41.62 g; Błonnik pok.: 23.86 g; Sól: 4.49 g;	Wartość energetyczna: 2520.68 kcal; Białko ogółem: 99.32 g; Tłuszcz: 86.09 g; Kw. tł. nasy.: 37.99 g; Węglowodany ogółem: 351.75 g; W tym cukry: 69.48 g; Błonnik pok.: 35.67 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2886.96 kcal; Białko ogółem: 121.05 g; Tłuszcz: 94.40 g; Kw. tł. nasy.: 40.70 g; Węglowodany ogółem: 404.36 g; W tym cukry: 76.82 g; Błonnik pok.: 39.08 g; Sól: 10.46 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-22 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka szwedzka () 100 g (***GOR,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 350 g Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2540.19 kcal; Białko ogółem: 110.10 g; Tłuszcz: 85.38 g; Kw. tł. nasy.: 44.98 g; Węglowodany ogółem: 344.52 g; W tym cukry: 95.22 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 9.42 g;	Wartość energetyczna: 2520.90 kcal; Białko ogółem: 109.95 g; Tłuszcz: 85.64 g; Kw. tł. nasy.: 45.19 g; Węglowodany ogółem: 333.05 g; W tym cukry: 86.41 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2478.31 kcal; Białko ogółem: 97.90 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw. tł. nasy.: 41.73 g; Węglowodany ogółem: 350.11 g; W tym cukry: 89.07 g; Błonnik pok.: 19.56 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2587.71 kcal; Białko ogółem: 104.84 g; Tłuszcz: 78.77 g; Kw. tł. nasy.: 41.32 g; Węglowodany ogółem: 372.05 g; W tym cukry: 93.34 g; Błonnik pok.: 20.78 g; Sól: 7.42 g;	Wartość energetyczna: 2522.56 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 121.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 237.97 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 4.07 g;	Wartość energetyczna: 2435.86 kcal; Białko ogółem: 122.04 g; Tłuszcz: 82.49 g; Kw. tł. nasy.: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 313.78 g; W tym cukry: 67.41 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 2520.97 kcal; Białko ogółem: 103.96 g; Tłuszcz: 75.62 g; Kw. tł. nasy.: 38.80 g; Węglowodany ogółem: 363.01 g; W tym cukry: 75.88 g; Błonnik pok.: 22.20 g; Sól: 9.62 g;	Wartość energetyczna: 2341.98 kcal; Białko ogółem: 82.21 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kw. tł. nasy.: 48.65 g; Węglowodany ogółem: 326.94 g; W tym cukry: 103.82 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2095.08 kcal; Białko ogółem: 77.75 g; Tłuszcz: 81.56 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 264.74 g; W tym cukry: 63.84 g; Błonnik pok.: 15.70 g; Sól: 3.26 g;	Wartość energetyczna: 2733.08 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 110.82 g; Kw. tł. nasy.: 50.24 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; W tym cukry: 74.91 g; Błonnik pok.: 19.12 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 3115.73 kcal; Białko ogółem: 127.80 g; Tłuszcz: 117.90 g; Kw. tł. nasy.: 55.33 g; Węglowodany ogółem: 392.84 g; W tym cukry: 92.11 g; Błonnik pok.: 22.57 g; Sól: 11.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-23 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemn () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g (***SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2615.70 kcal; Białko ogółem: 96.23 g; Tłuszcz: 94.61 g; Kw. tł. nasy.: 40.05 g; Węglowodany ogółem: 354.04 g; W tym cukry: 77.26 g; Błonnik pok.: 35.05 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2477.17 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 78.84 g; Kw. tł. nasy.: 37.30 g; Węglowodany ogółem: 348.50 g; W tym cukry: 80.44 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2557.04 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 78.95 g; Kw. tł. nasy.: 37.75 g; Węglowodany ogółem: 367.26 g; W tym cukry: 85.00 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2688.39 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 78.58 g; Kw. tł. nasy.: 37.32 g; Węglowodany ogółem: 395.98 g; W tym cukry: 88.59 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 2381.92 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 113.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 225.74 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 18.96 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2517.71 kcal; Białko ogółem: 109.44 g; Tłuszcz: 94.24 g; Kw. tł. nasy.: 40.25 g; Węglowodany ogółem: 316.67 g; W tym cukry: 48.85 g; Błonnik pok.: 47.07 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2580.82 kcal; Białko ogółem: 110.47 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw. tł. nasy.: 41.20 g; Węglowodany ogółem: 356.04 g; W tym cukry: 55.31 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2646.85 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz: 95.88 g; Kw. tł. nasy.: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 368.04 g; W tym cukry: 82.45 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2024.59 kcal; Białko ogółem: 64.30 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 281.64 g; W tym cukry: 55.12 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sól: 2.89 g;	Wartość energetyczna: 2625.02 kcal; Białko ogółem: 98.66 g; Tłuszcz: 89.61 g; Kw. tł. nasy.: 45.06 g; Węglowodany ogółem: 365.06 g; W tym cukry: 81.59 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2963.24 kcal; Białko ogółem: 129.57 g; Tłuszcz: 102.00 g; Kw. tł. nasy.: 50.16 g; Węglowodany ogółem: 392.58 g; W tym cukry: 60.06 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sól: 10.11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-24 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ,SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ,SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ,SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)					Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2722.07 kcal; Białko ogółem: 100.38 g; Tłuszcz: 92.49 g; Kw. tł. nasy.: 39.46 g; Węglowodany ogółem: 383.01 g; W tym cukry: 90.87 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 5.55 g;	Wartość energetyczna: 2566.50 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 79.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 374.42 g; W tym cukry: 90.28 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2562.63 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 76.55 g; Kw. tł. nasy.: 37.43 g; Węglowodany ogółem: 378.10 g; W tym cukry: 93.20 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2743.59 kcal; Białko ogółem: 105.81 g; Tłuszcz: 76.70 g; Kw. tł. nasy.: 37.38 g; Węglowodany ogółem: 420.90 g; W tym cukry: 98.70 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2563.99 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 123.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2420.10 kcal; Białko ogółem: 119.88 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw. tł. nasy.: 39.49 g; Węglowodany ogółem: 319.73 g; W tym cukry: 77.74 g; Błonnik pok.: 33.66 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2577.02 kcal; Białko ogółem: 116.27 g; Tłuszcz: 76.73 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 370.17 g; W tym cukry: 92.63 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sól: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2540.65 kcal; Białko ogółem: 81.39 g; Tłuszcz: 75.96 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 393.96 g; W tym cukry: 92.39 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 2077.08 kcal; Białko ogółem: 62.16 g; Tłuszcz: 71.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 303.87 g; W tym cukry: 61.93 g; Błonnik pok.: 19.80 g; Sól: 2.63 g;	Wartość energetyczna: 2561.27 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 80.15 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 372.71 g; W tym cukry: 93.39 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2896.86 kcal; Białko ogółem: 129.54 g; Tłuszcz: 88.04 g; Kw. tł. nasy.: 43.72 g; Węglowodany ogółem: 411.83 g; W tym cukry: 109.28 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sól: 9.37 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-25 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Gulasz sojowy z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2762.37 kcal; Białko ogółem: 110.19 g; Tłuszcz: 104.12 g; Kw. tł. nasy.: 46.40 g; Węglowodany ogółem: 356.91 g; W tym cukry: 71.30 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 11.94 g;	Wartość energetyczna: 2526.45 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kw. tł. nasy.: 39.03 g; Węglowodany ogółem: 357.03 g; W tym cukry: 69.07 g; Błonnik pok.: 27.78 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2561.48 kcal; Białko ogółem: 99.10 g; Tłuszcz: 72.82 g; Kw. tł. nasy.: 38.08 g; Węglowodany ogółem: 384.23 g; W tym cukry: 86.16 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sól: 8.96 g;	Wartość energetyczna: 2689.68 kcal; Białko ogółem: 104.54 g; Tłuszcz: 74.49 g; Kw. tł. nasy.: 37.73 g; Węglowodany ogółem: 410.25 g; W tym cukry: 100.29 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2462.59 kcal; Białko ogółem: 125.67 g; Tłuszcz: 122.18 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 225.04 g; W tym cukry: 103.77 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 5.02 g;	Wartość energetyczna: 2378.32 kcal; Białko ogółem: 107.42 g; Tłuszcz: 91.22 g; Kw. tł. nasy.: 41.82 g; Węglowodany ogółem: 294.99 g; W tym cukry: 46.88 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 9.95 g;	Wartość energetyczna: 2475.44 kcal; Białko ogółem: 105.08 g; Tłuszcz: 75.35 g; Kw. tł. nasy.: 40.72 g; Węglowodany ogółem: 351.79 g; W tym cukry: 52.57 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sól: 11.59 g;	Wartość energetyczna: 2563.95 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 85.29 g; Kw. tł. nasy.: 43.77 g; Węglowodany ogółem: 352.38 g; W tym cukry: 68.48 g; Błonnik pok.: 36.93 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2107.06 kcal; Białko ogółem: 65.66 g; Tłuszcz: 79.49 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 287.58 g; W tym cukry: 42.15 g; Błonnik pok.: 16.42 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2601.68 kcal; Białko ogółem: 96.72 g; Tłuszcz: 84.80 g; Kw. tł. nasy.: 45.62 g; Węglowodany ogółem: 369.35 g; W tym cukry: 86.45 g; Błonnik pok.: 26.64 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2833.30 kcal; Białko ogółem: 125.34 g; Tłuszcz: 97.17 g; Kw. tł. nasy.: 50.69 g; Węglowodany ogółem: 373.29 g; W tym cukry: 64.64 g; Błonnik pok.: 31.56 g; Sól: 12.18 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14 Płynna wzmocniona	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-26 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Mizeria 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () b/c 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany -zmielony 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () b/c 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mizeria 100 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () b/c 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Mizeria 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***)
		Wartość energetyczna: 2281.27 kcal; Białko ogółem: 89.95 g; Tłuszcz: 84.46 g; Kw. tł. nasy.: 41.38 g; Węglowodany ogółem: 299.62 g; W tym cukry: 58.69 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 2005.28 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 277.78 g; W tym cukry: 51.68 g; Błonnik pok.: 16.65 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2135.86 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 59.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 312.19 g; W tym cukry: 62.58 g; Błonnik pok.: 27.32 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2545.16 kcal; Białko ogółem: 118.21 g; Tłuszcz: 66.47 g; Kw. tł. nasy.: 33.72 g; Węglowodany ogółem: 380.76 g; W tym cukry: 82.53 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2465.95 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 114.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 240.94 g; W tym cukry: 91.79 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2235.30 kcal; Białko ogółem: 120.26 g; Tłuszcz: 77.22 g; Kw. tł. nasy.: 45.35 g; Węglowodany ogółem: 276.36 g; W tym cukry: 33.72 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2334.21 kcal; Białko ogółem: 113.73 g; Tłuszcz: 66.59 g; Kw. tł. nasy.: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 331.90 g; W tym cukry: 39.45 g; Błonnik pok.: 33.07 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2183.02 kcal; Białko ogółem: 73.64 g; Tłuszcz: 81.23 g; Kw. tł. nasy.: 40.91 g; Węglowodany ogółem: 300.56 g; W tym cukry: 58.01 g; Błonnik pok.: 18.61 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 1830.54 kcal; Białko ogółem: 78.73 g; Tłuszcz: 57.66 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 247.43 g; W tym cukry: 42.88 g; Błonnik pok.: 11.41 g; Sól: 3.10 g;	Wartość energetyczna: 2166.73 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 40.02 g; Węglowodany ogółem: 292.28 g; W tym cukry: 51.47 g; Błonnik pok.: 18.81 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2403.08 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; Tłuszcz: 78.82 g; Kw. tł. nasy.: 47.13 g; Węglowodany ogółem: 315.99 g; W tym cukry: 29.54 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 10.25 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-27 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (***SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g (***SOJ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Kolacja	Roszponka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszponka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Roszponka 10 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Roszponka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszponka 10 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2415.31 kcal; Białko ogółem: 86.30 g; Tłuszcz: 76.31 g; Kw. tł. nasy.: 35.80 g; Węglowodany ogółem: 361.14 g; W tym cukry: 92.66 g; Błonnik pok.: 37.43 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2317.72 kcal; Białko ogółem: 84.90 g; Tłuszcz: 74.23 g; Kw. tł. nasy.: 35.28 g; Węglowodany ogółem: 340.57 g; W tym cukry: 89.13 g; Błonnik pok.: 32.97 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2427.57 kcal; Białko ogółem: 97.77 g; Tłuszcz: 75.83 g; Kw. tł. nasy.: 36.50 g; Węglowodany ogółem: 351.71 g; W tym cukry: 97.14 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 2536.97 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 75.66 g; Kw. tł. nasy.: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 373.65 g; W tym cukry: 101.41 g; Błonnik pok.: 33.34 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2520.86 kcal; Białko ogółem: 127.89 g; Tłuszcz: 117.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.48 g; W tym cukry: 96.98 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2312.51 kcal; Białko ogółem: 89.21 g; Tłuszcz: 74.37 g; Kw. tł. nasy.: 36.02 g; Węglowodany ogółem: 340.35 g; W tym cukry: 76.42 g; Błonnik pok.: 43.82 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2439.18 kcal; Białko ogółem: 96.20 g; Tłuszcz: 74.09 g; Kw. tł. nasy.: 36.77 g; Węglowodany ogółem: 359.94 g; W tym cukry: 85.66 g; Błonnik pok.: 32.58 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2482.33 kcal; Białko ogółem: 87.46 g; Tłuszcz: 85.48 g; Kw. tł. nasy.: 43.90 g; Węglowodany ogółem: 355.67 g; W tym cukry: 94.27 g; Błonnik pok.: 35.09 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 1870.31 kcal; Białko ogółem: 50.28 g; Tłuszcz: 69.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 268.02 g; W tym cukry: 67.56 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 2458.18 kcal; Białko ogółem: 82.26 g; Tłuszcz: 85.56 g; Kw. tł. nasy.: 42.70 g; Węglowodany ogółem: 355.27 g; W tym cukry: 99.83 g; Błonnik pok.: 35.37 g; Sól: 9.69 g;	Wartość energetyczna: 2788.68 kcal; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 93.84 g; Kw. tł. nasy.: 45.39 g; Węglowodany ogółem: 399.38 g; W tym cukry: 98.69 g; Błonnik pok.: 38.78 g; Sól: 11.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-28 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana (zmielona) 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z warzywami i serem żółtym* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Dynia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)					Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2688.52 kcal; Białko ogółem: 123.78 g; Tłuszcz: 90.06 g; Kw. tł. nasy.: 41.42 g; Węglowodany ogółem: 351.97 g; W tym cukry: 66.55 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2636.00 kcal; Białko ogółem: 117.58 g; Tłuszcz: 80.25 g; Kw. tł. nasy.: 39.03 g; Węglowodany ogółem: 366.13 g; W tym cukry: 72.84 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2704.28 kcal; Białko ogółem: 117.43 g; Tłuszcz: 80.44 g; Kw. tł. nasy.: 39.02 g; Węglowodany ogółem: 380.54 g; W tym cukry: 85.80 g; Błonnik pok.: 21.08 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2933.06 kcal; Białko ogółem: 125.74 g; Tłuszcz: 80.13 g; Kw. tł. nasy.: 38.57 g; Węglowodany ogółem: 432.63 g; W tym cukry: 89.99 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 2479.59 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 122.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 226.61 g; W tym cukry: 108.41 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2354.40 kcal; Białko ogółem: 121.99 g; Tłuszcz: 80.02 g; Kw. tł. nasy.: 40.51 g; Węglowodany ogółem: 295.41 g; W tym cukry: 61.70 g; Błonnik pok.: 32.72 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 2540.59 kcal; Białko ogółem: 115.84 g; Tłuszcz: 78.58 g; Kw. tł. nasy.: 40.47 g; Węglowodany ogółem: 347.43 g; W tym cukry: 78.43 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2692.91 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 102.16 g; Kw. tł. nasy.: 52.27 g; Węglowodany ogółem: 364.84 g; W tym cukry: 67.52 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 5.14 g;	Wartość energetyczna: 1967.56 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 258.25 g; W tym cukry: 47.42 g; Błonnik pok.: 15.30 g; Sól: 4.57 g;	Wartość energetyczna: 2801.78 kcal; Białko ogółem: 121.38 g; Tłuszcz: 88.06 g; Kw. tł. nasy.: 41.29 g; Węglowodany ogółem: 383.39 g; W tym cukry: 86.08 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 8.48 g;	Wartość energetyczna: 2947.83 kcal; Białko ogółem: 134.30 g; Tłuszcz: 93.49 g; Kw. tł. nasy.: 46.77 g; Węglowodany ogółem: 397.35 g; W tym cukry: 96.67 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 10.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-29 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw () 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2894.84 kcal; Białko ogółem: 112.59 g; Tłuszcz: 100.91 g; Kw. tł. nasy.: 44.35 g; Węglowodany ogółem: 399.95 g; W tym cukry: 82.96 g; Błonnik pok.: 35.60 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2319.56 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 63.09 g; Kw. tł. nasy.: 32.60 g; Węglowodany ogółem: 351.92 g; W tym cukry: 82.10 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2314.34 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 347.04 g; W tym cukry: 69.74 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2445.69 kcal; Białko ogółem: 105.19 g; Tłuszcz: 62.24 g; Kw. tł. nasy.: 32.14 g; Węglowodany ogółem: 375.76 g; W tym cukry: 73.33 g; Błonnik pok.: 28.63 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2524.91 kcal; Białko ogółem: 125.45 g; Tłuszcz: 119.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 246.12 g; W tym cukry: 95.92 g; Błonnik pok.: 23.70 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2466.80 kcal; Białko ogółem: 105.99 g; Tłuszcz: 83.02 g; Kw. tł. nasy.: 42.47 g; Węglowodany ogółem: 342.70 g; W tym cukry: 62.16 g; Błonnik pok.: 38.41 g; Sól: 9.19 g;	Wartość energetyczna: 2268.47 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; Tłuszcz: 58.74 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 351.34 g; W tym cukry: 65.88 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2506.29 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Tłuszcz: 83.39 g; Kw. tł. nasy.: 41.46 g; Węglowodany ogółem: 359.33 g; W tym cukry: 93.70 g; Błonnik pok.: 36.17 g; Sól: 5.39 g;	Wartość energetyczna: 1897.11 kcal; Białko ogółem: 67.08 g; Tłuszcz: 58.81 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 280.24 g; W tym cukry: 57.30 g; Błonnik pok.: 19.59 g; Sól: 3.56 g;	Wartość energetyczna: 2314.34 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 347.04 g; W tym cukry: 69.74 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2562.68 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; Tłuszcz: 67.62 g; Kw. tł. nasy.: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 390.93 g; W tym cukry: 84.50 g; Błonnik pok.: 33.28 g; Sól: 9.30 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-30 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Jabłko pieczone 150 g				Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto wegetariańskie z tofu. () 350 g (***SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto wegetariańskie z tofu() 350 g (***SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
	PN	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2784.78 kcal; Białko ogółem: 111.02 g; Tłuszcz: 94.37 g; Kw. tł. nasy.: 43.54 g; Węglowodany ogółem: 391.54 g; W tym cukry: 73.50 g; Błonnik pok.: 40.21 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2736.84 kcal; Białko ogółem: 108.07 g; Tłuszcz: 97.47 g; Kw. tł. nasy.: 42.86 g; Węglowodany ogółem: 368.93 g; W tym cukry: 68.78 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2764.44 kcal; Białko ogółem: 107.66 g; Tłuszcz: 97.14 g; Kw. tł. nasy.: 42.75 g; Węglowodany ogółem: 375.17 g; W tym cukry: 76.14 g; Błonnik pok.: 27.26 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2793.14 kcal; Białko ogółem: 112.92 g; Tłuszcz: 90.33 g; Kw. tł. nasy.: 38.14 g; Węglowodany ogółem: 392.55 g; W tym cukry: 79.42 g; Błonnik pok.: 31.45 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2490.34 kcal; Białko ogółem: 128.22 g; Tłuszcz: 117.06 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 239.64 g; W tym cukry: 96.10 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2269.22 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 85.06 g; Kw. tł. nasy.: 37.90 g; Węglowodany ogółem: 308.16 g; W tym cukry: 34.93 g; Błonnik pok.: 38.71 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2456.41 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 89.47 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 333.80 g; W tym cukry: 56.09 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2954.07 kcal; Białko ogółem: 96.17 g; Tłuszcz: 116.03 g; Kw. tł. nasy.: 42.84 g; Węglowodany ogółem: 394.98 g; W tym cukry: 74.65 g; Błonnik pok.: 38.57 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2251.67 kcal; Białko ogółem: 71.25 g; Tłuszcz: 90.89 g; Kw. tł. nasy.: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 294.08 g; W tym cukry: 44.05 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 3.50 g;	Wartość energetyczna: 2728.46 kcal; Białko ogółem: 96.15 g; Tłuszcz: 101.42 g; Kw. tł. nasy.: 48.54 g; Węglowodany ogółem: 364.17 g; W tym cukry: 83.97 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2743.43 kcal; Białko ogółem: 97.94 g; Tłuszcz: 101.80 g; Kw. tł. nasy.: 49.61 g; Węglowodany ogółem: 366.10 g; W tym cukry: 65.82 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 8.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-05-31 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem. (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2653.35 kcal; Białko ogółem: 109.22 g; Tłuszcz: 90.64 g; Kw. tł. nasy.: 40.33 g; Węglowodany ogółem: 363.31 g; W tym cukry: 90.14 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2439.14 kcal; Białko ogółem: 106.85 g; Tłuszcz: 79.96 g; Kw. tł. nasy.: 39.42 g; Węglowodany ogółem: 333.48 g; W tym cukry: 77.33 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2417.44 kcal; Białko ogółem: 108.73 g; Tłuszcz: 75.65 g; Kw. tł. nasy.: 36.58 g; Węglowodany ogółem: 337.18 g; W tym cukry: 78.76 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2576.38 kcal; Białko ogółem: 110.16 g; Tłuszcz: 75.25 g; Kw. tł. nasy.: 36.18 g; Węglowodany ogółem: 377.39 g; W tym cukry: 82.36 g; Błonnik pok.: 25.28 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2602.65 kcal; Białko ogółem: 131.00 g; Tłuszcz: 124.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 249.78 g; W tym cukry: 108.95 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 2328.20 kcal; Białko ogółem: 112.26 g; Tłuszcz: 89.86 g; Kw. tł. nasy.: 47.15 g; Węglowodany ogółem: 284.03 g; W tym cukry: 65.53 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2353.60 kcal; Białko ogółem: 115.86 g; Tłuszcz: 76.37 g; Kw. tł. nasy.: 37.53 g; Węglowodany ogółem: 311.35 g; W tym cukry: 66.91 g; Błonnik pok.: 23.30 g; Sól: 9.20 g;	Wartość energetyczna: 2695.42 kcal; Białko ogółem: 96.67 g; Tłuszcz: 98.13 g; Kw. tł. nasy.: 42.17 g; Węglowodany ogółem: 368.44 g; W tym cukry: 93.86 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 1993.18 kcal; Białko ogółem: 71.40 g; Tłuszcz: 73.90 g; Kw. tł. nasy.: 32.20 g; Węglowodany ogółem: 265.08 g; W tym cukry: 50.68 g; Błonnik pok.: 14.98 g; Sól: 2.41 g;	Wartość energetyczna: 2434.82 kcal; Białko ogółem: 105.15 g; Tłuszcz: 79.14 g; Kw. tł. nasy.: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 336.38 g; W tym cukry: 78.23 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2790.06 kcal; Białko ogółem: 134.50 g; Tłuszcz: 102.09 g; Kw. tł. nasy.: 51.37 g; Węglowodany ogółem: 346.37 g; W tym cukry: 78.43 g; Błonnik pok.: 26.39 g; Sól: 9.69 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-01 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Musztarda 20 g (***GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z warzywami i soczewicą wegetariańskie () 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 200 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 80 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 80 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2868.75 kcal; Białko ogółem: 114.00 g; Tłuszcz: 101.34 g; Kw. tł. nasy.: 42.35 g; Węglowodany ogółem: 389.29 g; W tym cukry: 80.71 g; Błonnik pok.: 35.46 g; Sól: 10.47 g;	Wartość energetyczna: 2507.63 kcal; Białko ogółem: 95.67 g; Tłuszcz: 79.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.17 g; Węglowodany ogółem: 365.14 g; W tym cukry: 83.46 g; Błonnik pok.: 31.63 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2586.22 kcal; Białko ogółem: 94.83 g; Tłuszcz: 80.68 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 382.53 g; W tym cukry: 100.33 g; Błonnik pok.: 30.85 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2616.06 kcal; Białko ogółem: 101.84 g; Tłuszcz: 69.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.78 g; Węglowodany ogółem: 410.07 g; W tym cukry: 109.23 g; Błonnik pok.: 32.00 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2497.92 kcal; Białko ogółem: 122.44 g; Tłuszcz: 116.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 249.98 g; W tym cukry: 110.62 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2378.69 kcal; Białko ogółem: 109.07 g; Tłuszcz: 78.52 g; Kw. tł. nasy.: 36.30 g; Węglowodany ogółem: 326.20 g; W tym cukry: 61.17 g; Błonnik pok.: 37.41 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 2483.70 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 80.71 g; Kw. tł. nasy.: 36.55 g; Węglowodany ogółem: 353.13 g; W tym cukry: 69.37 g; Błonnik pok.: 34.83 g; Sól: 9.55 g;	Wartość energetyczna: 2527.66 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 83.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 374.40 g; W tym cukry: 84.63 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2177.38 kcal; Białko ogółem: 73.20 g; Tłuszcz: 79.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 299.45 g; W tym cukry: 58.74 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 4.50 g;	Wartość energetyczna: 2637.74 kcal; Białko ogółem: 103.50 g; Tłuszcz: 79.87 g; Kw. tł. nasy.: 36.00 g; Węglowodany ogółem: 388.17 g; W tym cukry: 106.44 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2807.21 kcal; Białko ogółem: 114.39 g; Tłuszcz: 83.41 g; Kw. tł. nasy.: 39.04 g; Węglowodany ogółem: 414.16 g; W tym cukry: 98.23 g; Błonnik pok.: 39.25 g; Sól: 8.38 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-02 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Salami kiełbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewajaca, wędzona. 50 g (***SOJ, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (***SOJ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2381.45 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 93.87 g; Kw. tł. nasy.: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 287.43 g; W tym cukry: 65.97 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2148.81 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 270.64 g; W tym cukry: 55.41 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2036.68 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 301.66 g; W tym cukry: 59.91 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2484.77 kcal; Białko ogółem: 113.84 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 362.55 g; W tym cukry: 80.58 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2553.15 kcal; Białko ogółem: 126.73 g; Tłuszcz: 120.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 109.32 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2326.55 kcal; Białko ogółem: 120.38 g; Tłuszcz: 82.76 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 288.05 g; W tym cukry: 65.24 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2224.15 kcal; Białko ogółem: 94.04 g; Tłuszcz: 62.07 g; Kw. tł. nasy.: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 333.51 g; W tym cukry: 65.05 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2140.48 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 293.50 g; W tym cukry: 65.60 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 1994.77 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 244.95 g; W tym cukry: 46.75 g; Błonnik pok.: 16.16 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2238.22 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 84.52 g; Kw. tł. nasy.: 42.62 g; Węglowodany ogółem: 282.57 g; W tym cukry: 52.30 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2460.19 kcal; Białko ogółem: 112.37 g; Tłuszcz: 90.15 g; Kw. tł. nasy.: 43.69 g; Węglowodany ogółem: 309.61 g; W tym cukry: 51.14 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 9.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-03 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)										Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Rukola 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2432.25 kcal; Białko ogółem: 86.88 g; Tłuszcz: 81.29 g; Kw. tł. nasy.: 47.07 g; Węglowodany ogółem: 346.96 g; W tym cukry: 69.86 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2303.58 kcal; Białko ogółem: 84.63 g; Tłuszcz: 67.35 g; Kw. tł. nasy.: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 347.87 g; W tym cukry: 70.06 g; Błonnik pok.: 19.59 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2347.87 kcal; Białko ogółem: 85.22 g; Tłuszcz: 67.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.83 g; Węglowodany ogółem: 356.93 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 20.62 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2393.01 kcal; Białko ogółem: 90.73 g; Tłuszcz: 66.89 g; Kw. tł. nasy.: 36.39 g; Węglowodany ogółem: 365.21 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2571.78 kcal; Białko ogółem: 131.17 g; Tłuszcz: 123.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 110.22 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 2112.11 kcal; Białko ogółem: 83.46 g; Tłuszcz: 79.00 g; Kw. tł. nasy.: 46.41 g; Węglowodany ogółem: 279.08 g; W tym cukry: 41.65 g; Błonnik pok.: 31.06 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2124.47 kcal; Białko ogółem: 78.84 g; Tłuszcz: 64.79 g; Kw. tł. nasy.: 36.24 g; Węglowodany ogółem: 314.40 g; W tym cukry: 50.86 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 8.34 g;	Wartość energetyczna: 2416.49 kcal; Białko ogółem: 80.50 g; Tłuszcz: 83.22 g; Kw. tł. nasy.: 47.87 g; Węglowodany ogółem: 345.35 g; W tym cukry: 68.75 g; Błonnik pok.: 18.88 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 1878.13 kcal; Białko ogółem: 51.54 g; Tłuszcz: 62.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.93 g; Węglowodany ogółem: 281.66 g; W tym cukry: 45.12 g; Błonnik pok.: 14.06 g; Sól: 2.77 g;	Wartość energetyczna: 2490.26 kcal; Białko ogółem: 81.53 g; Tłuszcz: 78.16 g; Kw. tł. nasy.: 45.95 g; Węglowodany ogółem: 373.79 g; W tym cukry: 78.80 g; Błonnik pok.: 22.58 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2488.00 kcal; Białko ogółem: 88.13 g; Tłuszcz: 82.48 g; Kw. tł. nasy.: 49.36 g; Węglowodany ogółem: 358.30 g; W tym cukry: 62.97 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sól: 9.56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-04 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (zmielony) 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (bez glutenu) 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2398.73 kcal; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 83.55 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 319.62 g; W tym cukry: 61.07 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 2242.51 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 67.68 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 320.92 g; W tym cukry: 65.78 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2431.89 kcal; Białko ogółem: 107.09 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 343.59 g; W tym cukry: 80.09 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2563.24 kcal; Białko ogółem: 112.97 g; Tłuszcz: 75.76 g; Kw. tł. nasy.: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 372.31 g; W tym cukry: 83.68 g; Błonnik pok.: 33.87 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2513.58 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 118.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; W tym cukry: 96.00 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2159.43 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 290.56 g; W tym cukry: 52.44 g; Błonnik pok.: 36.87 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2348.37 kcal; Białko ogółem: 103.14 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 36.21 g; Węglowodany ogółem: 335.65 g; W tym cukry: 68.59 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2532.75 kcal; Białko ogółem: 78.77 g; Tłuszcz: 110.51 g; Kw. tł. nasy.: 37.91 g; Węglowodany ogółem: 317.63 g; W tym cukry: 78.45 g; Błonnik pok.: 31.12 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 1786.15 kcal; Białko ogółem: 64.52 g; Tłuszcz: 61.15 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 251.54 g; W tym cukry: 40.44 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2311.39 kcal; Białko ogółem: 100.44 g; Tłuszcz: 68.23 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 337.89 g; W tym cukry: 80.09 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2546.76 kcal; Białko ogółem: 119.42 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 365.83 g; W tym cukry: 78.93 g; Błonnik pok.: 36.78 g; Sól: 9.73 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-05 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzycą () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2813.90 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 112.54 g; Kw. tł. nasy.: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 361.33 g; W tym cukry: 77.58 g; Błonnik pok.: 35.03 g; Sól: 10.33 g;	Wartość energetyczna: 2547.81 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw. tł. nasy.: 40.09 g; Węglowodany ogółem: 345.47 g; W tym cukry: 68.02 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2636.79 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 91.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 356.69 g; W tym cukry: 74.23 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2746.19 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 91.31 g; Kw. tł. nasy.: 40.05 g; Węglowodany ogółem: 378.63 g; W tym cukry: 78.50 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2581.86 kcal; Białko ogółem: 132.29 g; Tłuszcz: 126.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 239.69 g; W tym cukry: 105.92 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 2592.70 kcal; Białko ogółem: 108.58 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 70.80 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2622.83 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 87.00 g; Kw. tł. nasy.: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 369.55 g; W tym cukry: 74.81 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 2537.19 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 358.58 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2126.86 kcal; Białko ogółem: 75.37 g; Tłuszcz: 86.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 263.80 g; W tym cukry: 42.44 g; Błonnik pok.: 13.33 g; Sól: 3.17 g;	Wartość energetyczna: 2742.84 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 110.68 g; Kw. tł. nasy.: 50.42 g; Węglowodany ogółem: 346.66 g; W tym cukry: 78.30 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 9.81 g;	Wartość energetyczna: 3015.11 kcal; Białko ogółem: 109.75 g; Tłuszcz: 115.08 g; Kw. tł. nasy.: 53.88 g; Węglowodany ogółem: 397.11 g; W tym cukry: 95.49 g; Błonnik pok.: 32.89 g; Sól: 11.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-06 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Frittata z jajkiem 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)										Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)
		Wartość energetyczna: 2657.93 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 94.48 g; Kw. tł. nasy.: 46.26 g; Węglowodany ogółem: 346.35 g; W tym cukry: 68.25 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 2419.51 kcal; Białko ogółem: 111.81 g; Tłuszcz: 75.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 326.75 g; W tym cukry: 68.13 g; Błonnik pok.: 16.30 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2463.13 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 74.72 g; Kw. tł. nasy.: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 344.79 g; W tym cukry: 72.29 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2691.91 kcal; Białko ogółem: 119.89 g; Tłuszcz: 74.41 g; Kw. tł. nasy.: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 396.88 g; W tym cukry: 76.48 g; Błonnik pok.: 27.08 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2414.62 kcal; Białko ogółem: 120.99 g; Tłuszcz: 115.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 230.60 g; W tym cukry: 109.64 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 4.20 g;	Wartość energetyczna: 2596.77 kcal; Białko ogółem: 118.18 g; Tłuszcz: 87.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 344.37 g; W tym cukry: 63.98 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2457.45 kcal; Białko ogółem: 106.17 g; Tłuszcz: 72.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 355.38 g; W tym cukry: 73.11 g; Błonnik pok.: 25.18 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 2271.41 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 87.49 g; Kw. tł. nasy.: 46.63 g; Węglowodany ogółem: 298.37 g; W tym cukry: 68.82 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 1956.33 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz: 69.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 257.05 g; W tym cukry: 42.72 g; Błonnik pok.: 10.69 g; Sól: 2.78 g;	Wartość energetyczna: 2707.40 kcal; Białko ogółem: 107.37 g; Tłuszcz: 102.39 g; Kw. tł. nasy.: 43.29 g; Węglowodany ogółem: 342.80 g; W tym cukry: 64.37 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 8.31 g;	Wartość energetyczna: 3115.87 kcal; Białko ogółem: 123.08 g; Tłuszcz: 106.56 g; Kw. tł. nasy.: 46.75 g; Węglowodany ogółem: 421.45 g; W tym cukry: 68.36 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 9.84 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-07 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Powidła śliwkowe 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik () RYD 700 g (***JAJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet jaglany z serem top i pietruszką 100 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2648.40 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 89.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 377.70 g; W tym cukry: 96.95 g; Błonnik pok.: 32.42 g; Sól: 5.25 g;	Wartość energetyczna: 2446.02 kcal; Białko ogółem: 92.63 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 363.86 g; W tym cukry: 76.02 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2457.57 kcal; Białko ogółem: 96.92 g; Tłuszcz: 68.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 370.41 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2641.43 kcal; Białko ogółem: 101.05 g; Tłuszcz: 69.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 412.19 g; W tym cukry: 88.18 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2533.67 kcal; Białko ogółem: 129.19 g; Tłuszcz: 118.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.69 g; W tym cukry: 95.93 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2166.51 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 72.13 g; Kw. tł. nasy.: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 287.15 g; W tym cukry: 52.13 g; Błonnik pok.: 34.47 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2293.94 kcal; Białko ogółem: 104.38 g; Tłuszcz: 64.70 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 333.50 g; W tym cukry: 72.61 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2605.11 kcal; Białko ogółem: 69.07 g; Tłuszcz: 90.47 g; Kw. tł. nasy.: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 389.30 g; W tym cukry: 96.93 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 5.13 g;	Wartość energetyczna: 1985.38 kcal; Białko ogółem: 58.54 g; Tłuszcz: 64.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 295.60 g; W tym cukry: 51.53 g; Błonnik pok.: 22.77 g; Sól: 2.49 g;	Wartość energetyczna: 2477.19 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 370.11 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2670.77 kcal; Białko ogółem: 116.72 g; Tłuszcz: 80.50 g; Kw. tł. nasy.: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 380.36 g; W tym cukry: 92.16 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 7.52 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-08 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane-drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2672.73 kcal; Białko ogółem: 106.25 g; Tłuszcz: 97.80 g; Kw. tł. nasy.: 48.81 g; Węglowodany ogółem: 351.18 g; W tym cukry: 69.08 g; Błonnik pok.: 31.69 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2572.29 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 79.60 g; Kw. tł. nasy.: 38.87 g; Węglowodany ogółem: 371.47 g; W tym cukry: 79.10 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2618.17 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 79.55 g; Kw. tł. nasy.: 38.86 g; Węglowodany ogółem: 380.89 g; W tym cukry: 88.86 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2771.35 kcal; Białko ogółem: 107.91 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kw. tł. nasy.: 38.31 g; Węglowodany ogółem: 417.08 g; W tym cukry: 92.77 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2475.68 kcal; Białko ogółem: 127.87 g; Tłuszcz: 125.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 220.42 g; W tym cukry: 106.01 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 2514.52 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 47.07 g; Węglowodany ogółem: 337.99 g; W tym cukry: 71.23 g; Błonnik pok.: 35.36 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2496.70 kcal; Białko ogółem: 93.74 g; Tłuszcz: 75.22 g; Kw. tł. nasy.: 37.92 g; Węglowodany ogółem: 369.28 g; W tym cukry: 84.72 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 9.99 g;	Wartość energetyczna: 2730.92 kcal; Białko ogółem: 96.80 g; Tłuszcz: 91.89 g; Kw. tł. nasy.: 46.60 g; Węglowodany ogółem: 395.99 g; W tym cukry: 75.01 g; Błonnik pok.: 41.12 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2195.05 kcal; Białko ogółem: 69.86 g; Tłuszcz: 84.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 291.26 g; W tym cukry: 49.61 g; Błonnik pok.: 16.06 g; Sól: 4.28 g;	Wartość energetyczna: 2830.11 kcal; Białko ogółem: 109.37 g; Tłuszcz: 99.30 g; Kw. tł. nasy.: 50.06 g; Węglowodany ogółem: 384.32 g; W tym cukry: 88.83 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2994.87 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 103.85 g; Kw. tł. nasy.: 53.48 g; Węglowodany ogółem: 410.31 g; W tym cukry: 101.31 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 10.41 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-09 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***ŚEZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Mizeria 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PŚZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany (zmielony) 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSŻ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mizeria 100 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw z jajkiem() 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Mizeria 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2260.15 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 75.78 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 318.26 g; W tym cukry: 69.20 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2195.31 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 312.59 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2607.09 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 75.50 g; Kw. tł. nasy.: 37.71 g; Węglowodany ogółem: 382.98 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 35.27 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2512.95 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 117.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 244.26 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2154.65 kcal; Białko ogółem: 114.55 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw. tł. nasy.: 34.04 g; Węglowodany ogółem: 288.52 g; W tym cukry: 54.92 g; Błonnik pok.: 35.34 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2340.96 kcal; Białko ogółem: 108.55 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 331.79 g; W tym cukry: 72.69 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2292.56 kcal; Białko ogółem: 66.18 g; Tłuszcz: 98.14 g; Kw. tł. nasy.: 42.28 g; Węglowodany ogółem: 292.56 g; W tym cukry: 74.63 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2031.45 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; W tym cukry: 68.42 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2378.96 kcal; Białko ogółem: 108.35 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 335.79 g; W tym cukry: 73.89 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.29 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-10 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki z serem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - dyniowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2835.31 kcal; Białko ogółem: 107.09 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw. tł. nasy.: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 419.05 g; W tym cukry: 105.36 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2253.74 kcal; Białko ogółem: 85.56 g; Tłuszcz: 66.54 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 334.98 g; W tym cukry: 73.56 g; Błonnik pok.: 20.70 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2344.49 kcal; Białko ogółem: 95.03 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 350.48 g; W tym cukry: 78.15 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2456.19 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 63.40 g; Kw. tł. nasy.: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 374.28 g; W tym cukry: 82.36 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2430.74 kcal; Białko ogółem: 122.69 g; Tłuszcz: 121.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 220.31 g; W tym cukry: 104.44 g; Błonnik pok.: 19.77 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 2237.07 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz: 69.08 g; Kw. tł. nasy.: 35.56 g; Węglowodany ogółem: 317.83 g; W tym cukry: 62.27 g; Błonnik pok.: 34.51 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2262.64 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 33.61 g; Węglowodany ogółem: 340.68 g; W tym cukry: 64.72 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2673.46 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; Tłuszcz: 96.51 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 363.82 g; W tym cukry: 73.33 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 1797.00 kcal; Białko ogółem: 48.09 g; Tłuszcz: 60.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 266.24 g; W tym cukry: 46.52 g; Błonnik pok.: 12.96 g; Sól: 2.63 g;	Wartość energetyczna: 2256.46 kcal; Białko ogółem: 69.38 g; Tłuszcz: 61.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.48 g; Węglowodany ogółem: 359.43 g; W tym cukry: 78.45 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2443.80 kcal; Białko ogółem: 78.41 g; Tłuszcz: 66.69 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 387.32 g; W tym cukry: 79.60 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 8.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-11 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz sojowy z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2842.51 kcal; Białko ogółem: 115.26 g; Tłuszcz: 102.94 g; Kw. tł. nasy.: 51.04 g; Węglowodany ogółem: 371.84 g; W tym cukry: 78.30 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2736.58 kcal; Białko ogółem: 118.94 g; Tłuszcz: 93.95 g; Kw. tł. nasy.: 42.36 g; Węglowodany ogółem: 361.11 g; W tym cukry: 78.61 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2797.36 kcal; Białko ogółem: 118.13 g; Tłuszcz: 94.35 g; Kw. tł. nasy.: 42.85 g; Węglowodany ogółem: 376.94 g; W tym cukry: 78.46 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 3072.06 kcal; Białko ogółem: 129.06 g; Tłuszcz: 97.81 g; Kw. tł. nasy.: 44.62 g; Węglowodany ogółem: 429.37 g; W tym cukry: 82.92 g; Błonnik pok.: 28.46 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2385.55 kcal; Białko ogółem: 124.55 g; Tłuszcz: 121.40 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 206.82 g; W tym cukry: 101.15 g; Błonnik pok.: 16.84 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 2357.06 kcal; Białko ogółem: 112.56 g; Tłuszcz: 85.98 g; Kw. tł. nasy.: 40.82 g; Węglowodany ogółem: 294.83 g; W tym cukry: 67.64 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2502.63 kcal; Białko ogółem: 105.69 g; Tłuszcz: 87.18 g; Kw. tł. nasy.: 41.51 g; Węglowodany ogółem: 332.58 g; W tym cukry: 67.15 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 2697.42 kcal; Białko ogółem: 107.24 g; Tłuszcz: 88.96 g; Kw. tł. nasy.: 47.44 g; Węglowodany ogółem: 371.83 g; W tym cukry: 77.60 g; Błonnik pok.: 33.66 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2097.40 kcal; Białko ogółem: 79.32 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 258.40 g; W tym cukry: 53.20 g; Błonnik pok.: 16.15 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2967.54 kcal; Białko ogółem: 117.20 g; Tłuszcz: 113.71 g; Kw. tł. nasy.: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 377.37 g; W tym cukry: 81.15 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 3040.52 kcal; Białko ogółem: 129.89 g; Tłuszcz: 117.54 g; Kw. tł. nasy.: 51.67 g; Węglowodany ogółem: 375.72 g; W tym cukry: 79.99 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 10.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-12 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (***MLE, S02,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (***MLE, S02,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2447.38 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 81.76 g; Kw. tł. nasy.: 36.02 g; Węglowodany ogółem: 343.60 g; W tym cukry: 76.74 g; Błonnik pok.: 27.54 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 2295.84 kcal; Białko ogółem: 88.64 g; Tłuszcz: 76.38 g; Kw. tł. nasy.: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 325.88 g; W tym cukry: 75.59 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2369.15 kcal; Białko ogółem: 91.04 g; Tłuszcz: 72.54 g; Kw. tł. nasy.: 34.48 g; Węglowodany ogółem: 348.22 g; W tym cukry: 99.00 g; Błonnik pok.: 25.80 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2445.60 kcal; Białko ogółem: 97.53 g; Tłuszcz: 70.15 g; Kw. tł. nasy.: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 368.47 g; W tym cukry: 92.37 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 10.43 g;	Wartość energetyczna: 2454.48 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 116.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 235.04 g; W tym cukry: 90.42 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2336.05 kcal; Białko ogółem: 95.80 g; Tłuszcz: 83.16 g; Kw. tł. nasy.: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 321.07 g; W tym cukry: 70.21 g; Błonnik pok.: 39.35 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2316.94 kcal; Białko ogółem: 88.62 g; Tłuszcz: 70.37 g; Kw. tł. nasy.: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 343.35 g; W tym cukry: 78.99 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sól: 9.74 g;	Wartość energetyczna: 2429.53 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 86.18 g; Kw. tł. nasy.: 48.75 g; Węglowodany ogółem: 326.35 g; W tym cukry: 78.82 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 1843.83 kcal; Białko ogółem: 58.31 g; Tłuszcz: 71.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 252.78 g; W tym cukry: 56.66 g; Błonnik pok.: 20.66 g; Sól: 4.04 g;	Wartość energetyczna: 2506.29 kcal; Białko ogółem: 94.88 g; Tłuszcz: 86.14 g; Kw. tł. nasy.: 44.02 g; Węglowodany ogółem: 349.14 g; W tym cukry: 98.58 g; Błonnik pok.: 25.80 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2732.03 kcal; Białko ogółem: 106.38 g; Tłuszcz: 90.94 g; Kw. tł. nasy.: 47.53 g; Węglowodany ogółem: 383.91 g; W tym cukry: 94.93 g; Błonnik pok.: 34.20 g; Sól: 9.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-13 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2620.92 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 99.20 g; Kw. tł. nasy.: 48.69 g; Węglowodany ogółem: 347.07 g; W tym cukry: 83.70 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2517.16 kcal; Białko ogółem: 105.09 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g; W tym cukry: 73.90 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2597.52 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 91.21 g; Kw. tł. nasy.: 40.38 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2709.22 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 90.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.94 g; Węglowodany ogółem: 375.09 g; W tym cukry: 82.70 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 124.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 217.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2345.49 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 85.45 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 305.74 g; W tym cukry: 68.87 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2496.76 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 86.71 g; Kw. tł. nasy.: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2580.48 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 101.61 g; Kw. tł. nasy.: 45.28 g; Węglowodany ogółem: 329.54 g; W tym cukry: 73.66 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2077.96 kcal; Białko ogółem: 73.12 g; Tłuszcz: 84.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 263.17 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sól: 3.42 g;	Wartość energetyczna: 2646.67 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 102.23 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2868.64 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw. tł. nasy.: 50.27 g; Węglowodany ogółem: 373.08 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 9.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-14 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos pieczarkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2766.70 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw. tł. nasy.: 35.85 g; Węglowodany ogółem: 412.15 g; W tym cukry: 140.47 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 2639.59 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 78.48 g; Kw. tł. nasy.: 35.33 g; Węglowodany ogółem: 395.34 g; W tym cukry: 139.24 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2510.29 kcal; Białko ogółem: 103.51 g; Tłuszcz: 74.50 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 369.93 g; W tym cukry: 118.16 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2676.08 kcal; Białko ogółem: 107.29 g; Tłuszcz: 74.15 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 411.39 g; W tym cukry: 124.12 g; Błonnik pok.: 36.80 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2484.93 kcal; Białko ogółem: 125.55 g; Tłuszcz: 115.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 242.57 g; W tym cukry: 91.51 g; Błonnik pok.: 18.78 g; Sól: 3.96 g;	Wartość energetyczna: 2266.65 kcal; Białko ogółem: 112.80 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kw. tł. nasy.: 44.76 g; Węglowodany ogółem: 269.91 g; W tym cukry: 44.75 g; Błonnik pok.: 33.96 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2345.95 kcal; Białko ogółem: 112.84 g; Tłuszcz: 77.11 g; Kw. tł. nasy.: 36.40 g; Węglowodany ogółem: 313.61 g; W tym cukry: 63.60 g; Błonnik pok.: 33.31 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2898.77 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz: 96.85 g; Kw. tł. nasy.: 38.08 g; Węglowodany ogółem: 423.68 g; W tym cukry: 144.51 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 4.89 g;	Wartość energetyczna: 2193.65 kcal; Białko ogółem: 66.48 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 326.58 g; W tym cukry: 114.25 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sól: 3.01 g;	Wartość energetyczna: 2521.21 kcal; Białko ogółem: 99.01 g; Tłuszcz: 77.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 369.32 g; W tym cukry: 116.18 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2751.85 kcal; Białko ogółem: 128.95 g; Tłuszcz: 101.25 g; Kw. tł. nasy.: 47.24 g; Węglowodany ogółem: 346.29 g; W tym cukry: 69.98 g; Błonnik pok.: 34.08 g; Sól: 9.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-15 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa (zmielona) 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (***SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2705.42 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 92.41 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 373.92 g; W tym cukry: 78.31 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2493.44 kcal; Białko ogółem: 112.83 g; Tłuszcz: 77.68 g; Kw. tł. nasy.: 38.27 g; Węglowodany ogółem: 346.95 g; W tym cukry: 79.78 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2581.19 kcal; Białko ogółem: 113.72 g; Tłuszcz: 77.80 g; Kw. tł. nasy.: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 366.09 g; W tym cukry: 74.37 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2745.71 kcal; Białko ogółem: 120.60 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 404.53 g; W tym cukry: 78.56 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sól: 7.42 g;	Wartość energetyczna: 2447.98 kcal; Białko ogółem: 123.40 g; Tłuszcz: 122.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 223.32 g; W tym cukry: 100.45 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2520.19 kcal; Białko ogółem: 107.90 g; Tłuszcz: 86.93 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 343.94 g; W tym cukry: 77.79 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2496.84 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 74.20 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 360.21 g; W tym cukry: 72.92 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2685.82 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 99.72 g; Kw. tł. nasy.: 45.60 g; Węglowodany ogółem: 378.93 g; W tym cukry: 83.20 g; Błonnik pok.: 34.90 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2047.34 kcal; Białko ogółem: 75.71 g; Tłuszcz: 75.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.56 g; Węglowodany ogółem: 272.45 g; W tym cukry: 51.77 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2640.69 kcal; Białko ogółem: 106.32 g; Tłuszcz: 88.80 g; Kw. tł. nasy.: 46.79 g; Węglowodany ogółem: 363.69 g; W tym cukry: 74.87 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2840.73 kcal; Białko ogółem: 113.40 g; Tłuszcz: 92.98 g; Kw. tł. nasy.: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 398.49 g; W tym cukry: 90.06 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 10.20 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-16 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Budyń z udźca kurczaka 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet z jaj 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2524.54 kcal; Białko ogółem: 123.82 g; Tłuszcz: 107.59 g; Kw. tł. nasy.: 47.76 g; Węglowodany ogółem: 275.46 g; W tym cukry: 54.41 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2434.50 kcal; Białko ogółem: 118.30 g; Tłuszcz: 90.29 g; Kw. tł. nasy.: 38.95 g; Węglowodany ogółem: 293.82 g; W tym cukry: 63.41 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2384.60 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 86.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.84 g; Węglowodany ogółem: 296.00 g; W tym cukry: 65.54 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2581.55 kcal; Białko ogółem: 106.97 g; Tłuszcz: 72.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.15 g; Węglowodany ogółem: 384.70 g; W tym cukry: 87.08 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2501.51 kcal; Białko ogółem: 136.13 g; Tłuszcz: 108.28 g; Kw. tł. nasy.: 50.82 g; Węglowodany ogółem: 257.44 g; W tym cukry: 43.39 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2486.86 kcal; Białko ogółem: 126.85 g; Tłuszcz: 92.48 g; Kw. tł. nasy.: 42.25 g; Węglowodany ogółem: 293.18 g; W tym cukry: 56.59 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 9.49 g;	Wartość energetyczna: 2504.52 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 101.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 329.16 g; W tym cukry: 66.65 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2266.27 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 271.01 g; W tym cukry: 54.39 g; Błonnik pok.: 15.90 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2516.94 kcal; Białko ogółem: 122.08 g; Tłuszcz: 102.57 g; Kw. tł. nasy.: 47.26 g; Węglowodany ogółem: 284.72 g; W tym cukry: 63.49 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2656.41 kcal; Białko ogółem: 138.87 g; Tłuszcz: 108.20 g; Kw. tł. nasy.: 48.34 g; Węglowodany ogółem: 291.15 g; W tym cukry: 45.35 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 10.39 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-17 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, ŚEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)										Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pieró gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pieró gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2493.85 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz: 76.14 g; Kw. tł. nasy.: 40.15 g; Węglowodany ogółem: 365.87 g; W tym cukry: 72.06 g; Błonnik pok.: 32.08 g; Sól: 6.37 g;	Wartość energetyczna: 2361.12 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 71.21 g; Kw. tł. nasy.: 40.03 g; Węglowodany ogółem: 349.24 g; W tym cukry: 74.87 g; Błonnik pok.: 19.23 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2393.90 kcal; Białko ogółem: 85.59 g; Tłuszcz: 68.98 g; Kw. tł. nasy.: 37.28 g; Węglowodany ogółem: 362.49 g; W tym cukry: 76.19 g; Błonnik pok.: 20.06 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2446.09 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz: 67.36 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 375.98 g; W tym cukry: 79.26 g; Błonnik pok.: 20.87 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2463.35 kcal; Białko ogółem: 126.38 g; Tłuszcz: 124.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 218.06 g; W tym cukry: 101.67 g; Błonnik pok.: 18.09 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2404.16 kcal; Białko ogółem: 97.30 g; Tłuszcz: 74.41 g; Kw. tł. nasy.: 40.78 g; Węglowodany ogółem: 350.17 g; W tym cukry: 69.23 g; Błonnik pok.: 37.31 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2410.10 kcal; Białko ogółem: 82.64 g; Tłuszcz: 66.95 g; Kw. tł. nasy.: 37.98 g; Węglowodany ogółem: 374.79 g; W tym cukry: 72.78 g; Błonnik pok.: 21.39 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 2541.01 kcal; Białko ogółem: 90.09 g; Tłuszcz: 85.54 g; Kw. tł. nasy.: 45.14 g; Węglowodany ogółem: 363.36 g; W tym cukry: 68.58 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 1929.99 kcal; Białko ogółem: 53.31 g; Tłuszcz: 64.36 g; Kw. tł. nasy.: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 286.75 g; W tym cukry: 49.98 g; Błonnik pok.: 12.48 g; Sól: 3.01 g;	Wartość energetyczna: 2447.90 kcal; Białko ogółem: 74.35 g; Tłuszcz: 77.71 g; Kw. tł. nasy.: 44.22 g; Węglowodany ogółem: 369.19 g; W tym cukry: 76.20 g; Błonnik pok.: 22.02 g; Sól: 6.54 g;	Wartość energetyczna: 2736.37 kcal; Białko ogółem: 86.32 g; Tłuszcz: 84.57 g; Kw. tł. nasy.: 49.29 g; Węglowodany ogółem: 415.58 g; W tym cukry: 85.92 g; Błonnik pok.: 25.47 g; Sól: 8.84 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-18 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - wielowarzywna z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz z soczewicy i papryki () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 200 ml (***SEL,***) Kasza jaglana na sypko 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (***RYB, SEL,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (***RYB, SEL,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2543.45 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz: 87.06 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 341.55 g; W tym cukry: 66.13 g; Błonnik pok.: 32.87 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 2351.69 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; Tłuszcz: 73.87 g; Kw. tł. nasy.: 34.59 g; Węglowodany ogółem: 333.77 g; W tym cukry: 67.00 g; Błonnik pok.: 32.15 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 2416.70 kcal; Białko ogółem: 100.94 g; Tłuszcz: 74.40 g; Kw. tł. nasy.: 35.14 g; Węglowodany ogółem: 349.67 g; W tym cukry: 66.65 g; Błonnik pok.: 34.42 g; Sól: 9.34 g;	Wartość energetyczna: 2645.48 kcal; Białko ogółem: 109.25 g; Tłuszcz: 74.09 g; Kw. tł. nasy.: 34.69 g; Węglowodany ogółem: 401.76 g; W tym cukry: 70.84 g; Błonnik pok.: 38.01 g; Sól: 9.10 g;	Wartość energetyczna: 2313.35 kcal; Białko ogółem: 120.17 g; Tłuszcz: 113.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 208.70 g; W tym cukry: 91.86 g; Błonnik pok.: 19.70 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2395.38 kcal; Białko ogółem: 111.41 g; Tłuszcz: 78.38 g; Kw. tł. nasy.: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 328.10 g; W tym cukry: 63.48 g; Błonnik pok.: 39.56 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2455.81 kcal; Białko ogółem: 98.93 g; Tłuszcz: 73.26 g; Kw. tł. nasy.: 35.56 g; Węglowodany ogółem: 364.90 g; W tym cukry: 63.78 g; Błonnik pok.: 37.03 g; Sól: 11.33 g;	Wartość energetyczna: 2425.95 kcal; Białko ogółem: 83.17 g; Tłuszcz: 75.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 368.05 g; W tym cukry: 65.85 g; Błonnik pok.: 36.41 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 1808.19 kcal; Białko ogółem: 66.62 g; Tłuszcz: 66.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; Węglowodany ogółem: 242.17 g; W tym cukry: 39.65 g; Błonnik pok.: 21.41 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2520.68 kcal; Białko ogółem: 99.32 g; Tłuszcz: 86.09 g; Kw. tł. nasy.: 37.99 g; Węglowodany ogółem: 351.75 g; W tym cukry: 69.48 g; Błonnik pok.: 35.67 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2886.96 kcal; Białko ogółem: 121.05 g; Tłuszcz: 94.40 g; Kw. tł. nasy.: 40.70 g; Węglowodany ogółem: 404.36 g; W tym cukry: 76.82 g; Błonnik pok.: 39.08 g; Sól: 10.46 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-19 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka szwedzka () 100 g (***GOR,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 350 g Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2534.33 kcal; Białko ogółem: 109.35 g; Tłuszcz: 85.31 g; Kw. tł. nasy.: 44.59 g; Węglowodany ogółem: 344.40 g; W tym cukry: 95.49 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 9.23 g;	Wartość energetyczna: 2515.04 kcal; Białko ogółem: 109.20 g; Tłuszcz: 85.57 g; Kw. tł. nasy.: 44.80 g; Węglowodany ogółem: 332.93 g; W tym cukry: 86.68 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2544.23 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz: 82.17 g; Kw. tł. nasy.: 41.49 g; Węglowodany ogółem: 363.36 g; W tym cukry: 98.42 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2653.63 kcal; Białko ogółem: 102.59 g; Tłuszcz: 82.00 g; Kw. tł. nasy.: 41.08 g; Węglowodany ogółem: 385.30 g; W tym cukry: 102.69 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2522.56 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 121.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 237.97 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 4.07 g;	Wartość energetyczna: 2430.00 kcal; Białko ogółem: 121.29 g; Tłuszcz: 82.42 g; Kw. tł. nasy.: 41.73 g; Węglowodany ogółem: 313.66 g; W tym cukry: 67.68 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 2586.88 kcal; Białko ogółem: 101.72 g; Tłuszcz: 78.85 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 376.26 g; W tym cukry: 85.22 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 9.36 g;	Wartość energetyczna: 2341.98 kcal; Białko ogółem: 82.21 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kw. tł. nasy.: 48.65 g; Węglowodany ogółem: 326.94 g; W tym cukry: 103.82 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2095.08 kcal; Białko ogółem: 77.75 g; Tłuszcz: 81.56 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 264.74 g; W tym cukry: 63.84 g; Błonnik pok.: 15.70 g; Sól: 3.26 g;	Wartość energetyczna: 2727.22 kcal; Białko ogółem: 113.64 g; Tłuszcz: 110.75 g; Kw. tł. nasy.: 49.85 g; Węglowodany ogółem: 325.18 g; W tym cukry: 75.18 g; Błonnik pok.: 19.12 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 3109.87 kcal; Białko ogółem: 127.04 g; Tłuszcz: 117.83 g; Kw. tł. nasy.: 54.94 g; Węglowodany ogółem: 392.72 g; W tym cukry: 92.38 g; Błonnik pok.: 22.57 g; Sól: 11.14 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-20 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemn () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g (***SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2595.07 kcal; Białko ogółem: 95.56 g; Tłuszcz: 93.09 g; Kw. tł. nasy.: 39.55 g; Węglowodany ogółem: 352.70 g; W tym cukry: 77.26 g; Błonnik pok.: 35.05 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2456.54 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 77.32 g; Kw. tł. nasy.: 36.81 g; Węglowodany ogółem: 347.15 g; W tym cukry: 80.44 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2536.41 kcal; Białko ogółem: 101.22 g; Tłuszcz: 77.43 g; Kw. tł. nasy.: 37.25 g; Węglowodany ogółem: 365.91 g; W tym cukry: 85.00 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2667.76 kcal; Białko ogółem: 107.10 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 394.63 g; W tym cukry: 88.59 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 6.90 g;	Wartość energetyczna: 2381.92 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 113.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 225.74 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 18.96 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2497.08 kcal; Białko ogółem: 108.77 g; Tłuszcz: 92.72 g; Kw. tł. nasy.: 39.76 g; Węglowodany ogółem: 315.33 g; W tym cukry: 48.85 g; Błonnik pok.: 47.07 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 2560.19 kcal; Białko ogółem: 109.80 g; Tłuszcz: 81.60 g; Kw. tł. nasy.: 40.70 g; Węglowodany ogółem: 354.70 g; W tym cukry: 55.31 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 2646.85 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz: 95.88 g; Kw. tł. nasy.: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 368.04 g; W tym cukry: 82.45 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2024.59 kcal; Białko ogółem: 64.30 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 281.64 g; W tym cukry: 55.12 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sól: 2.89 g;	Wartość energetyczna: 2604.39 kcal; Białko ogółem: 97.99 g; Tłuszcz: 88.09 g; Kw. tł. nasy.: 44.57 g; Węglowodany ogółem: 363.71 g; W tym cukry: 81.59 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 2942.61 kcal; Białko ogółem: 128.90 g; Tłuszcz: 100.48 g; Kw. tł. nasy.: 49.66 g; Węglowodany ogółem: 391.24 g; W tym cukry: 60.06 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sól: 10.51 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-21 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Arbuz 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Arbuz 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)					Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2773.13 kcal; Białko ogółem: 101.56 g; Tłuszcz: 96.17 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 385.60 g; W tym cukry: 94.62 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sól: 5.55 g;	Wartość energetyczna: 2566.50 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 79.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 374.42 g; W tym cukry: 90.28 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2562.63 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 76.55 g; Kw. tł. nasy.: 37.43 g; Węglowodany ogółem: 378.10 g; W tym cukry: 93.20 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2743.59 kcal; Białko ogółem: 105.81 g; Tłuszcz: 76.70 g; Kw. tł. nasy.: 37.38 g; Węglowodany ogółem: 420.90 g; W tym cukry: 98.70 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2563.99 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 123.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2444.53 kcal; Białko ogółem: 121.56 g; Tłuszcz: 83.66 g; Kw. tł. nasy.: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 319.55 g; W tym cukry: 83.05 g; Błonnik pok.: 34.33 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2577.02 kcal; Białko ogółem: 116.27 g; Tłuszcz: 76.73 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 370.17 g; W tym cukry: 92.63 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sól: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2558.71 kcal; Białko ogółem: 81.37 g; Tłuszcz: 79.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 389.50 g; W tym cukry: 87.89 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 2077.08 kcal; Białko ogółem: 62.16 g; Tłuszcz: 71.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 303.87 g; W tym cukry: 61.93 g; Błonnik pok.: 19.80 g; Sól: 2.63 g;	Wartość energetyczna: 2561.27 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 80.15 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 372.71 g; W tym cukry: 93.39 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2896.86 kcal; Białko ogółem: 129.54 g; Tłuszcz: 88.04 g; Kw. tł. nasy.: 43.72 g; Węglowodany ogółem: 411.83 g; W tym cukry: 109.28 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sól: 9.37 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-22 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2776.84 kcal; Białko ogółem: 111.12 g; Tłuszcz: 101.26 g; Kw. tł. nasy.: 42.53 g; Węglowodany ogółem: 364.14 g; W tym cukry: 91.94 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 12.02 g;	Wartość energetyczna: 2518.03 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 361.10 g; W tym cukry: 87.74 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2545.66 kcal; Białko ogółem: 101.11 g; Tłuszcz: 68.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 388.01 g; W tym cukry: 114.83 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2689.67 kcal; Białko ogółem: 108.20 g; Tłuszcz: 75.21 g; Kw. tł. nasy.: 37.42 g; Węglowodany ogółem: 407.80 g; W tym cukry: 110.57 g; Błonnik pok.: 30.21 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2462.59 kcal; Białko ogółem: 125.67 g; Tłuszcz: 122.18 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 225.04 g; W tym cukry: 103.77 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 5.02 g;	Wartość energetyczna: 2459.35 kcal; Białko ogółem: 112.77 g; Tłuszcz: 88.16 g; Kw. tł. nasy.: 37.79 g; Węglowodany ogółem: 317.66 g; W tym cukry: 67.76 g; Błonnik pok.: 34.01 g; Sól: 9.85 g;	Wartość energetyczna: 2535.22 kcal; Białko ogółem: 108.73 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 36.65 g; Węglowodany ogółem: 371.47 g; W tym cukry: 81.52 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 11.74 g;	Wartość energetyczna: 2548.14 kcal; Białko ogółem: 102.08 g; Tłuszcz: 80.74 g; Kw. tł. nasy.: 39.91 g; Węglowodany ogółem: 358.61 g; W tym cukry: 86.87 g; Błonnik pok.: 36.87 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2072.21 kcal; Białko ogółem: 64.78 g; Tłuszcz: 73.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 291.93 g; W tym cukry: 60.47 g; Błonnik pok.: 16.36 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 2569.43 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 79.59 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 374.83 g; W tym cukry: 114.80 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2876.65 kcal; Białko ogółem: 126.87 g; Tłuszcz: 92.42 g; Kw. tł. nasy.: 46.67 g; Węglowodany ogółem: 394.67 g; W tym cukry: 93.27 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sól: 12.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-23 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Mizeria 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () b/c 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany -zmielony 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () b/c 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mizeria 100 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () b/c 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Mizeria 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***)
		Wartość energetyczna: 2281.27 kcal; Białko ogółem: 89.95 g; Tłuszcz: 84.46 g; Kw. tł. nasy.: 41.38 g; Węglowodany ogółem: 299.62 g; W tym cukry: 58.69 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 2005.28 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 277.78 g; W tym cukry: 51.68 g; Błonnik pok.: 16.65 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2135.86 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 59.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 312.19 g; W tym cukry: 62.58 g; Błonnik pok.: 27.32 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2545.16 kcal; Białko ogółem: 118.21 g; Tłuszcz: 66.47 g; Kw. tł. nasy.: 33.72 g; Węglowodany ogółem: 380.76 g; W tym cukry: 82.53 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2465.95 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 114.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 240.94 g; W tym cukry: 91.79 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2235.30 kcal; Białko ogółem: 120.26 g; Tłuszcz: 77.22 g; Kw. tł. nasy.: 45.35 g; Węglowodany ogółem: 276.36 g; W tym cukry: 33.72 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2334.21 kcal; Białko ogółem: 113.73 g; Tłuszcz: 66.59 g; Kw. tł. nasy.: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 331.90 g; W tym cukry: 39.45 g; Błonnik pok.: 33.07 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2183.02 kcal; Białko ogółem: 73.64 g; Tłuszcz: 81.23 g; Kw. tł. nasy.: 40.91 g; Węglowodany ogółem: 300.56 g; W tym cukry: 58.01 g; Błonnik pok.: 18.61 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 1830.54 kcal; Białko ogółem: 78.73 g; Tłuszcz: 57.66 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 247.43 g; W tym cukry: 42.88 g; Błonnik pok.: 11.41 g; Sól: 3.10 g;	Wartość energetyczna: 2166.73 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 40.02 g; Węglowodany ogółem: 292.28 g; W tym cukry: 51.47 g; Błonnik pok.: 18.81 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2403.08 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; Tłuszcz: 78.82 g; Kw. tł. nasy.: 47.13 g; Węglowodany ogółem: 315.99 g; W tym cukry: 29.54 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 10.25 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWIANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-24 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JECZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN							Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z pora i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z pora i jabłka () 100 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z pora i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g (***SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Kolacja	Roszponka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszponka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Roszponka 10 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Roszponka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszponka 10 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2357.72 kcal; Białko ogółem: 89.29 g; Tłuszcz: 71.21 g; Kw. tł. nasy.: 36.30 g; Węglowodany ogółem: 353.60 g; W tym cukry: 82.94 g; Błonnik pok.: 35.47 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2297.09 kcal; Białko ogółem: 84.23 g; Tłuszcz: 72.71 g; Kw. tł. nasy.: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 339.22 g; W tym cukry: 89.13 g; Błonnik pok.: 32.97 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2406.94 kcal; Białko ogółem: 97.10 g; Tłuszcz: 74.31 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 350.37 g; W tym cukry: 97.14 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2516.34 kcal; Białko ogółem: 104.04 g; Tłuszcz: 74.14 g; Kw. tł. nasy.: 35.60 g; Węglowodany ogółem: 372.31 g; W tym cukry: 101.41 g; Błonnik pok.: 33.34 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 2520.86 kcal; Białko ogółem: 127.89 g; Tłuszcz: 117.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.48 g; W tym cukry: 96.98 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2268.95 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz: 70.86 g; Kw. tł. nasy.: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 335.22 g; W tym cukry: 75.06 g; Błonnik pok.: 40.93 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2418.55 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 72.57 g; Kw. tł. nasy.: 36.28 g; Węglowodany ogółem: 358.60 g; W tym cukry: 85.66 g; Błonnik pok.: 32.58 g; Sól: 10.35 g;	Wartość energetyczna: 2445.37 kcal; Białko ogółem: 91.12 g; Tłuszcz: 81.90 g; Kw. tł. nasy.: 44.90 g; Węglowodany ogółem: 349.47 g; W tym cukry: 84.55 g; Błonnik pok.: 33.13 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 1821.44 kcal; Białko ogółem: 50.43 g; Tłuszcz: 65.91 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 263.39 g; W tym cukry: 63.91 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2437.55 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz: 84.04 g; Kw. tł. nasy.: 42.20 g; Węglowodany ogółem: 353.93 g; W tym cukry: 99.83 g; Błonnik pok.: 35.37 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2768.05 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 92.32 g; Kw. tł. nasy.: 44.89 g; Węglowodany ogółem: 398.04 g; W tym cukry: 98.69 g; Błonnik pok.: 38.78 g; Sól: 12.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWIANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-25 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo. z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana (zmielona) 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z warzywami i serem żółtym* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Dynia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***)	
	PD							Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)					Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWIANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-25 wtorek		Wartość energetyczna: 2692.69 kcal; Białko ogółem: 123.87 g; Tłuszcz: 90.08 g; Kw. tł. nasy.: 41.95 g; Węglowodany ogółem: 352.14 g; W tym cukry: 66.56 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2656.60 kcal; Białko ogółem: 119.79 g; Tłuszcz: 81.65 g; Kw. tł. nasy.: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 364.59 g; W tym cukry: 73.17 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 2724.88 kcal; Białko ogółem: 119.64 g; Tłuszcz: 81.84 g; Kw. tł. nasy.: 39.50 g; Węglowodany ogółem: 379.01 g; W tym cukry: 86.13 g; Błonnik pok.: 21.08 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2953.66 kcal; Białko ogółem: 127.95 g; Tłuszcz: 81.53 g; Kw. tł. nasy.: 39.05 g; Węglowodany ogółem: 431.10 g; W tym cukry: 90.32 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2479.59 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 122.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 226.61 g; W tym cukry: 108.41 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2264.12 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nasy.: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 223.64 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.75 g;	Wartość energetyczna: 2375.00 kcal; Białko ogółem: 124.20 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 40.99 g; Węglowodany ogółem: 293.88 g; W tym cukry: 62.03 g; Błonnik pok.: 32.72 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2561.19 kcal; Białko ogółem: 118.05 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw. tł. nasy.: 40.95 g; Węglowodany ogółem: 345.90 g; W tym cukry: 78.76 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 10.59 g;	Wartość energetyczna: 2692.91 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 102.16 g; Kw. tł. nasy.: 52.27 g; Węglowodany ogółem: 364.84 g; W tym cukry: 67.52 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 5.14 g;	Wartość energetyczna: 1967.56 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 258.25 g; W tym cukry: 47.42 g; Błonnik pok.: 15.30 g; Sól: 4.57 g;	Wartość energetyczna: 2805.95 kcal; Białko ogółem: 121.47 g; Tłuszcz: 88.08 g; Kw. tł. nasy.: 41.82 g; Węglowodany ogółem: 383.56 g; W tym cukry: 86.09 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2952.00 kcal; Białko ogółem: 134.39 g; Tłuszcz: 93.51 g; Kw. tł. nasy.: 47.30 g; Węglowodany ogółem: 397.51 g; W tym cukry: 96.68 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 10.42 g;
2024-06-26 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN							Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Mizeria 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw () 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2894.84 kcal; Białko ogółem: 112.59 g; Tłuszcz: 100.91 g; Kw. tł. nasy.: 44.35 g; Węglowodany ogółem: 399.95 g; W tym cukry: 82.96 g; Błonnik pok.: 35.60 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2319.56 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 63.09 g; Kw. tł. nasy.: 32.60 g; Węglowodany ogółem: 351.92 g; W tym cukry: 82.10 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2314.34 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 347.04 g; W tym cukry: 69.74 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2445.69 kcal; Białko ogółem: 105.19 g; Tłuszcz: 62.24 g; Kw. tł. nasy.: 32.14 g; Węglowodany ogółem: 375.76 g; W tym cukry: 73.33 g; Błonnik pok.: 28.63 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2524.91 kcal; Białko ogółem: 125.45 g; Tłuszcz: 119.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 246.12 g; W tym cukry: 95.92 g; Błonnik pok.: 23.70 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2192.12 kcal; Białko ogółem: 135.82 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 226.24 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 12.55 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2437.79 kcal; Białko ogółem: 106.22 g; Tłuszcz: 79.41 g; Kw. tł. nasy.: 43.07 g; Węglowodany ogółem: 343.24 g; W tym cukry: 62.79 g; Błonnik pok.: 37.79 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2268.47 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; Tłuszcz: 58.74 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 351.34 g; W tym cukry: 65.88 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2506.29 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Tłuszcz: 83.39 g; Kw. tł. nasy.: 41.46 g; Węglowodany ogółem: 359.33 g; W tym cukry: 93.70 g; Błonnik pok.: 36.17 g; Sól: 5.39 g;	Wartość energetyczna: 1897.11 kcal; Białko ogółem: 67.08 g; Tłuszcz: 58.81 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 280.24 g; W tym cukry: 57.30 g; Błonnik pok.: 19.59 g; Sól: 3.56 g;	Wartość energetyczna: 2314.34 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 347.04 g; W tym cukry: 69.74 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2562.68 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; Tłuszcz: 67.62 g; Kw. tł. nasy.: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 390.93 g; W tym cukry: 84.50 g; Błonnik pok.: 33.28 g; Sól: 9.30 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWIANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-27 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN							Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Jabłko pieczone 150 g				Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto wegetariańskie z tofu. () 350 g (***SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto wegetariańskie z tofu() 350 g (***SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2698.45 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 86.45 g; Kw. tł. nasy.: 38.84 g; Węglowodany ogółem: 390.34 g; W tym cukry: 85.71 g; Błonnik pok.: 40.81 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2650.51 kcal; Białko ogółem: 103.68 g; Tłuszcz: 89.55 g; Kw. tł. nasy.: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 367.74 g; W tym cukry: 80.99 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2678.11 kcal; Białko ogółem: 103.27 g; Tłuszcz: 89.22 g; Kw. tł. nasy.: 38.05 g; Węglowodany ogółem: 373.97 g; W tym cukry: 88.35 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2787.51 kcal; Białko ogółem: 110.21 g; Tłuszcz: 89.05 g; Kw. tł. nasy.: 37.64 g; Węglowodany ogółem: 395.91 g; W tym cukry: 92.62 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2505.34 kcal; Białko ogółem: 126.18 g; Tłuszcz: 117.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 109.30 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2212.52 kcal; Białko ogółem: 135.82 g; Tłuszcz: 85.21 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 229.84 g; W tym cukry: 88.00 g; Błonnik pok.: 11.35 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2259.69 kcal; Białko ogółem: 83.86 g; Tłuszcz: 78.08 g; Kw. tł. nasy.: 33.21 g; Węglowodany ogółem: 321.36 g; W tym cukry: 47.14 g; Błonnik pok.: 39.31 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2446.88 kcal; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 82.49 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 347.00 g; W tym cukry: 68.30 g; Błonnik pok.: 32.21 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2888.37 kcal; Białko ogółem: 92.45 g; Tłuszcz: 109.63 g; Kw. tł. nasy.: 38.64 g; Węglowodany ogółem: 395.13 g; W tym cukry: 86.86 g; Błonnik pok.: 39.17 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2187.17 kcal; Białko ogółem: 68.29 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 292.73 g; W tym cukry: 55.98 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 3.31 g;	Wartość energetyczna: 2698.13 kcal; Białko ogółem: 93.30 g; Tłuszcz: 98.55 g; Kw. tł. nasy.: 44.27 g; Węglowodany ogółem: 367.87 g; W tym cukry: 86.00 g; Błonnik pok.: 28.36 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2789.90 kcal; Białko ogółem: 97.49 g; Tłuszcz: 99.87 g; Kw. tł. nasy.: 45.35 g; Węglowodany ogółem: 384.21 g; W tym cukry: 67.85 g; Błonnik pok.: 30.75 g; Sól: 9.33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWIANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-28 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Arbuz 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN							Arbuz 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem. (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2666.85 kcal; Białko ogółem: 108.27 g; Tłuszcz: 89.34 g; Kw. tł. nasy.: 38.87 g; Węglowodany ogółem: 370.01 g; W tym cukry: 96.79 g; Błonnik pok.: 27.36 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2419.64 kcal; Białko ogółem: 104.70 g; Tłuszcz: 78.96 g; Kw. tł. nasy.: 38.02 g; Węglowodany ogółem: 333.13 g; W tym cukry: 75.73 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2421.61 kcal; Białko ogółem: 108.82 g; Tłuszcz: 75.67 g; Kw. tł. nasy.: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 337.34 g; W tym cukry: 78.77 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 8.56 g;	Wartość energetyczna: 2580.55 kcal; Białko ogółem: 110.25 g; Tłuszcz: 75.27 g; Kw. tł. nasy.: 36.71 g; Węglowodany ogółem: 377.56 g; W tym cukry: 82.37 g; Błonnik pok.: 25.28 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2602.65 kcal; Białko ogółem: 131.00 g; Tłuszcz: 124.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 249.78 g; W tym cukry: 108.95 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 2264.12 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nasy.: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 223.64 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.75 g;	Wartość energetyczna: 2361.20 kcal; Białko ogółem: 113.46 g; Tłuszcz: 89.56 g; Kw. tł. nasy.: 47.09 g; Węglowodany ogółem: 291.08 g; W tym cukry: 73.78 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2357.77 kcal; Białko ogółem: 115.95 g; Tłuszcz: 76.39 g; Kw. tł. nasy.: 38.06 g; Węglowodany ogółem: 311.52 g; W tym cukry: 66.92 g; Błonnik pok.: 23.30 g; Sól: 9.43 g;	Wartość energetyczna: 2675.92 kcal; Białko ogółem: 94.52 g; Tłuszcz: 97.13 g; Kw. tł. nasy.: 40.77 g; Węglowodany ogółem: 368.09 g; W tym cukry: 92.26 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 1973.68 kcal; Białko ogółem: 69.25 g; Tłuszcz: 72.90 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 264.73 g; W tym cukry: 49.08 g; Błonnik pok.: 14.98 g; Sól: 2.41 g;	Wartość energetyczna: 2434.82 kcal; Białko ogółem: 105.15 g; Tłuszcz: 79.14 g; Kw. tł. nasy.: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 336.38 g; W tym cukry: 78.23 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2790.06 kcal; Białko ogółem: 134.50 g; Tłuszcz: 102.09 g; Kw. tł. nasy.: 51.37 g; Węglowodany ogółem: 346.37 g; W tym cukry: 78.43 g; Błonnik pok.: 26.39 g; Sól: 9.69 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWIANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-29 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Musztarda 20 g (***GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 400 ml (***MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z warzywami i soczewicą wegetariańskie () 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 200 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2885.18 kcal; Białko ogółem: 116.12 g; Tłuszcz: 102.72 g; Kw. tł. nasy.: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 387.59 g; W tym cukry: 81.03 g; Błonnik pok.: 35.46 g; Sól: 10.74 g;	Wartość energetyczna: 2536.10 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 82.02 g; Kw. tł. nasy.: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 365.15 g; W tym cukry: 85.26 g; Błonnik pok.: 32.31 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2596.80 kcal; Białko ogółem: 96.19 g; Tłuszcz: 81.99 g; Kw. tł. nasy.: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 380.71 g; W tym cukry: 100.92 g; Błonnik pok.: 30.85 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2626.64 kcal; Białko ogółem: 103.20 g; Tłuszcz: 70.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.34 g; Węglowodany ogółem: 408.25 g; W tym cukry: 109.82 g; Błonnik pok.: 32.00 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2497.92 kcal; Białko ogółem: 122.44 g; Tłuszcz: 116.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 249.98 g; W tym cukry: 110.62 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2212.52 kcal; Białko ogółem: 135.82 g; Tłuszcz: 85.21 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 229.84 g; W tym cukry: 88.00 g; Błonnik pok.: 11.35 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2389.27 kcal; Białko ogółem: 110.44 g; Tłuszcz: 79.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.86 g; Węglowodany ogółem: 324.38 g; W tym cukry: 61.76 g; Błonnik pok.: 37.41 g; Sól: 9.79 g;	Wartość energetyczna: 2494.27 kcal; Białko ogółem: 99.74 g; Tłuszcz: 82.03 g; Kw. tł. nasy.: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 351.31 g; W tym cukry: 69.96 g; Błonnik pok.: 34.83 g; Sól: 9.63 g;	Wartość energetyczna: 2527.66 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 83.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 374.40 g; W tym cukry: 84.63 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2193.24 kcal; Białko ogółem: 74.76 g; Tłuszcz: 80.09 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 300.31 g; W tym cukry: 60.37 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2637.74 kcal; Białko ogółem: 103.50 g; Tłuszcz: 79.87 g; Kw. tł. nasy.: 36.00 g; Węglowodany ogółem: 388.17 g; W tym cukry: 106.44 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2807.21 kcal; Białko ogółem: 114.39 g; Tłuszcz: 83.41 g; Kw. tł. nasy.: 39.04 g; Węglowodany ogółem: 414.16 g; W tym cukry: 98.23 g; Błonnik pok.: 39.25 g; Sól: 8.38 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWIANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-06-30 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Salami kiełbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewajaca, wędzona. 50 g (***SOJ, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN							Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) 200 g Kotlety sojowe 100 g (***SOJ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2381.45 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 93.87 g; Kw. tł. nasy.: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 287.43 g; W tym cukry: 65.97 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2128.18 kcal; Białko ogółem: 105.94 g; Tłuszcz: 74.03 g; Kw. tł. nasy.: 36.20 g; Węglowodany ogółem: 269.29 g; W tym cukry: 55.41 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2016.05 kcal; Białko ogółem: 85.23 g; Tłuszcz: 57.17 g; Kw. tł. nasy.: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 300.32 g; W tym cukry: 59.91 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2464.14 kcal; Białko ogółem: 113.17 g; Tłuszcz: 68.50 g; Kw. tł. nasy.: 36.41 g; Węglowodany ogółem: 361.20 g; W tym cukry: 80.58 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2553.15 kcal; Białko ogółem: 126.73 g; Tłuszcz: 120.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 109.32 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2212.52 kcal; Białko ogółem: 135.82 g; Tłuszcz: 85.21 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 229.84 g; W tym cukry: 88.00 g; Błonnik pok.: 11.35 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2305.92 kcal; Białko ogółem: 119.71 g; Tłuszcz: 81.24 g; Kw. tł. nasy.: 39.32 g; Węglowodany ogółem: 286.71 g; W tym cukry: 65.24 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2203.52 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 60.55 g; Kw. tł. nasy.: 34.33 g; Węglowodany ogółem: 332.16 g; W tym cukry: 65.05 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 9.34 g;	Wartość energetyczna: 2140.48 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 293.50 g; W tym cukry: 65.60 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 1994.77 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 244.95 g; W tym cukry: 46.75 g; Błonnik pok.: 16.16 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2217.59 kcal; Białko ogółem: 94.85 g; Tłuszcz: 83.00 g; Kw. tł. nasy.: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 281.22 g; W tym cukry: 52.30 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2439.56 kcal; Białko ogółem: 111.69 g; Tłuszcz: 88.63 g; Kw. tł. nasy.: 43.20 g; Węglowodany ogółem: 308.27 g; W tym cukry: 51.14 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 10.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWIANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-01 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN							Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemiakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD							Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Rukola 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2483.09 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Tłuszcz: 81.14 g; Kw. tł. nasy.: 47.06 g; Węglowodany ogółem: 359.22 g; W tym cukry: 74.38 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2354.42 kcal; Białko ogółem: 85.27 g; Tłuszcz: 67.20 g; Kw. tł. nasy.: 36.84 g; Węglowodany ogółem: 360.13 g; W tym cukry: 74.58 g; Błonnik pok.: 19.26 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2398.71 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 67.14 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 369.19 g; W tym cukry: 84.07 g; Błonnik pok.: 20.29 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2443.85 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.38 g; Węglowodany ogółem: 377.47 g; W tym cukry: 88.34 g; Błonnik pok.: 21.51 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2571.78 kcal; Białko ogółem: 131.17 g; Tłuszcz: 123.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 110.22 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 2264.12 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nasy.: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 223.64 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.75 g;	Wartość energetyczna: 2162.95 kcal; Białko ogółem: 84.10 g; Tłuszcz: 78.85 g; Kw. tł. nasy.: 46.40 g; Węglowodany ogółem: 291.34 g; W tym cukry: 46.17 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2175.31 kcal; Białko ogółem: 79.48 g; Tłuszcz: 64.64 g; Kw. tł. nasy.: 36.23 g; Węglowodany ogółem: 326.66 g; W tym cukry: 55.38 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 8.34 g;	Wartość energetyczna: 2467.33 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz: 83.07 g; Kw. tł. nasy.: 47.86 g; Węglowodany ogółem: 357.61 g; W tym cukry: 73.27 g; Błonnik pok.: 18.55 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 1929.22 kcal; Białko ogółem: 52.20 g; Tłuszcz: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 293.97 g; W tym cukry: 49.64 g; Błonnik pok.: 13.75 g; Sól: 2.38 g;	Wartość energetyczna: 2541.10 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kw. tł. nasy.: 45.94 g; Węglowodany ogółem: 386.05 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2538.84 kcal; Białko ogółem: 88.77 g; Tłuszcz: 82.33 g; Kw. tł. nasy.: 49.35 g; Węglowodany ogółem: 370.56 g; W tym cukry: 67.49 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 9.56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWIANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-02 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JECZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)											Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (zmielony) 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (bez glutenu) 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml											Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2269.27 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz: 69.56 g; Kw. tł. nasy.: 33.28 g; Węglowodany ogółem: 319.80 g; W tym cukry: 60.86 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2236.66 kcal; Białko ogółem: 99.84 g; Tłuszcz: 67.61 g; Kw. tł. nasy.: 33.12 g; Węglowodany ogółem: 320.32 g; W tym cukry: 66.05 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2449.43 kcal; Białko ogółem: 107.37 g; Tłuszcz: 75.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.07 g; Węglowodany ogółem: 346.28 g; W tym cukry: 75.16 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2580.78 kcal; Białko ogółem: 113.25 g; Tłuszcz: 75.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.64 g; Węglowodany ogółem: 375.00 g; W tym cukry: 78.75 g; Błonnik pok.: 34.64 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2513.58 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 118.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; W tym cukry: 96.00 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2078.38 kcal; Białko ogółem: 100.81 g; Tłuszcz: 64.68 g; Kw. tł. nasy.: 31.82 g; Węglowodany ogółem: 289.46 g; W tym cukry: 52.47 g; Błonnik pok.: 35.97 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2352.52 kcal; Białko ogółem: 101.29 g; Tłuszcz: 71.27 g; Kw. tł. nasy.: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 337.45 g; W tym cukry: 63.66 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2409.15 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; Tłuszcz: 96.59 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 318.41 g; W tym cukry: 77.97 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 1786.15 kcal; Białko ogółem: 64.52 g; Tłuszcz: 61.15 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 251.54 g; W tym cukry: 40.44 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2328.93 kcal; Białko ogółem: 100.72 g; Tłuszcz: 67.76 g; Kw. tł. nasy.: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 340.58 g; W tym cukry: 75.16 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2550.91 kcal; Białko ogółem: 117.57 g; Tłuszcz: 73.39 g; Kw. tł. nasy.: 34.14 g; Węglowodany ogółem: 367.63 g; W tym cukry: 74.00 g; Błonnik pok.: 36.28 g; Sól: 8.57 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWIANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-03 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN							Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzycą () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2813.90 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 112.54 g; Kw. tł. nasy.: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 361.33 g; W tym cukry: 77.58 g; Błonnik pok.: 35.03 g; Sól: 10.33 g;	Wartość energetyczna: 2538.77 kcal; Białko ogółem: 108.76 g; Tłuszcz: 85.47 g; Kw. tł. nasy.: 39.83 g; Węglowodany ogółem: 345.01 g; W tym cukry: 67.98 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 2627.75 kcal; Białko ogółem: 110.06 g; Tłuszcz: 90.82 g; Kw. tł. nasy.: 40.20 g; Węglowodany ogółem: 356.23 g; W tym cukry: 74.19 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 8.24 g;	Wartość energetyczna: 2737.15 kcal; Białko ogółem: 117.00 g; Tłuszcz: 90.65 g; Kw. tł. nasy.: 39.79 g; Węglowodany ogółem: 378.17 g; W tym cukry: 78.46 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2581.86 kcal; Białko ogółem: 132.29 g; Tłuszcz: 126.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 239.69 g; W tym cukry: 105.92 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 2264.12 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nasy.: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 223.64 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.75 g;	Wartość energetyczna: 2592.70 kcal; Białko ogółem: 108.58 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 70.80 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2613.79 kcal; Białko ogółem: 103.65 g; Tłuszcz: 86.34 g; Kw. tł. nasy.: 39.30 g; Węglowodany ogółem: 369.09 g; W tym cukry: 74.77 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 9.40 g;	Wartość energetyczna: 2537.19 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 358.58 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2126.86 kcal; Białko ogółem: 75.37 g; Tłuszcz: 86.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 263.80 g; W tym cukry: 42.44 g; Błonnik pok.: 13.33 g; Sól: 3.17 g;	Wartość energetyczna: 2733.80 kcal; Białko ogółem: 104.02 g; Tłuszcz: 110.02 g; Kw. tł. nasy.: 50.16 g; Węglowodany ogółem: 346.20 g; W tym cukry: 78.26 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 9.62 g;	Wartość energetyczna: 3006.07 kcal; Białko ogółem: 112.53 g; Tłuszcz: 114.42 g; Kw. tł. nasy.: 53.62 g; Węglowodany ogółem: 396.65 g; W tym cukry: 95.45 g; Błonnik pok.: 32.89 g; Sól: 11.15 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWIANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-04 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa (zmielona) 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Frittata z jajkiem 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)
		Wartość energetyczna: 2657.93 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 94.48 g; Kw. tł. nasy.: 46.26 g; Węglowodany ogółem: 346.35 g; W tym cukry: 68.25 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 2423.68 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 75.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 326.92 g; W tym cukry: 68.14 g; Błonnik pok.: 16.30 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2467.30 kcal; Białko ogółem: 111.67 g; Tłuszcz: 74.73 g; Kw. tł. nasy.: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 344.95 g; W tym cukry: 72.29 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2696.08 kcal; Białko ogółem: 119.98 g; Tłuszcz: 74.42 g; Kw. tł. nasy.: 36.64 g; Węglowodany ogółem: 397.04 g; W tym cukry: 76.48 g; Błonnik pok.: 27.08 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2414.62 kcal; Białko ogółem: 120.99 g; Tłuszcz: 115.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 230.60 g; W tym cukry: 109.64 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 4.20 g;	Wartość energetyczna: 2212.52 kcal; Białko ogółem: 135.82 g; Tłuszcz: 85.21 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 229.84 g; W tym cukry: 88.00 g; Błonnik pok.: 11.35 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2600.94 kcal; Białko ogółem: 118.27 g; Tłuszcz: 87.31 g; Kw. tł. nasy.: 37.15 g; Węglowodany ogółem: 344.54 g; W tym cukry: 63.98 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2461.62 kcal; Białko ogółem: 106.26 g; Tłuszcz: 72.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.52 g; Węglowodany ogółem: 355.55 g; W tym cukry: 73.12 g; Błonnik pok.: 25.18 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 2271.41 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 87.49 g; Kw. tł. nasy.: 46.63 g; Węglowodany ogółem: 298.37 g; W tym cukry: 68.82 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 1956.33 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz: 69.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 257.05 g; W tym cukry: 42.72 g; Błonnik pok.: 10.69 g; Sól: 2.78 g;	Wartość energetyczna: 2711.57 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Tłuszcz: 102.41 g; Kw. tł. nasy.: 43.82 g; Węglowodany ogółem: 342.96 g; W tym cukry: 64.38 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 3120.04 kcal; Białko ogółem: 123.17 g; Tłuszcz: 106.57 g; Kw. tł. nasy.: 47.28 g; Węglowodany ogółem: 421.62 g; W tym cukry: 68.37 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 10.07 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWIANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-05 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN							Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik () RYD 700 g (***JAJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet jaglany z serem top i pietruszką 100 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2648.40 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 89.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 377.70 g; W tym cukry: 96.95 g; Błonnik pok.: 32.42 g; Sól: 5.25 g;	Wartość energetyczna: 2446.02 kcal; Białko ogółem: 92.63 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 363.86 g; W tym cukry: 76.02 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2457.57 kcal; Białko ogółem: 96.92 g; Tłuszcz: 68.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 370.41 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2641.43 kcal; Białko ogółem: 101.05 g; Tłuszcz: 69.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 412.19 g; W tym cukry: 88.18 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2533.67 kcal; Białko ogółem: 129.19 g; Tłuszcz: 118.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.69 g; W tym cukry: 95.93 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2166.51 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 72.13 g; Kw. tł. nasy.: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 287.15 g; W tym cukry: 52.13 g; Błonnik pok.: 34.47 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2293.94 kcal; Białko ogółem: 104.38 g; Tłuszcz: 64.70 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 333.50 g; W tym cukry: 72.61 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2605.11 kcal; Białko ogółem: 69.07 g; Tłuszcz: 90.47 g; Kw. tł. nasy.: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 389.30 g; W tym cukry: 96.93 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 5.13 g;	Wartość energetyczna: 1985.38 kcal; Białko ogółem: 58.54 g; Tłuszcz: 64.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 295.60 g; W tym cukry: 51.53 g; Błonnik pok.: 22.77 g; Sól: 2.49 g;	Wartość energetyczna: 2477.19 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 370.11 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2670.77 kcal; Białko ogółem: 116.72 g; Tłuszcz: 80.50 g; Kw. tł. nasy.: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 380.36 g; W tym cukry: 92.16 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 7.52 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWIANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-06 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzo na z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzo na z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzo na z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzo na z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN							Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD							Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2674.45 kcal; Białko ogółem: 104.28 g; Tłuszcz: 100.30 g; Kw. tł. nasy.: 50.00 g; Węglowodany ogółem: 347.33 g; W tym cukry: 67.16 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2542.62 kcal; Białko ogółem: 102.70 g; Tłuszcz: 77.42 g; Kw. tł. nasy.: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 369.67 g; W tym cukry: 79.06 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2588.50 kcal; Białko ogółem: 103.35 g; Tłuszcz: 77.37 g; Kw. tł. nasy.: 38.10 g; Węglowodany ogółem: 379.08 g; W tym cukry: 88.82 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2741.68 kcal; Białko ogółem: 110.02 g; Tłuszcz: 76.60 g; Kw. tł. nasy.: 37.55 g; Węglowodany ogółem: 415.27 g; W tym cukry: 92.73 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 2475.68 kcal; Białko ogółem: 127.87 g; Tłuszcz: 125.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 220.42 g; W tym cukry: 106.01 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 2264.12 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nasy.: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 223.64 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 2.75 g;	Wartość energetyczna: 2505.48 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Tłuszcz: 90.52 g; Kw. tł. nasy.: 46.81 g; Węglowodany ogółem: 337.53 g; W tym cukry: 71.19 g; Błonnik pok.: 35.36 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2467.03 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 73.04 g; Kw. tł. nasy.: 37.16 g; Węglowodany ogółem: 367.48 g; W tym cukry: 84.68 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 10.20 g;	Wartość energetyczna: 2730.42 kcal; Białko ogółem: 96.83 g; Tłuszcz: 91.84 g; Kw. tł. nasy.: 46.59 g; Węglowodany ogółem: 395.74 g; W tym cukry: 74.29 g; Błonnik pok.: 40.65 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2195.05 kcal; Białko ogółem: 69.86 g; Tłuszcz: 84.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 291.26 g; W tym cukry: 49.61 g; Błonnik pok.: 16.06 g; Sól: 4.28 g;	Wartość energetyczna: 2830.11 kcal; Białko ogółem: 109.37 g; Tłuszcz: 99.30 g; Kw. tł. nasy.: 50.06 g; Węglowodany ogółem: 384.32 g; W tym cukry: 88.83 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2994.87 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 103.85 g; Kw. tł. nasy.: 53.48 g; Węglowodany ogółem: 410.31 g; W tym cukry: 101.31 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 10.41 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Sonda NIE PROWIANTOWAĆ	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-07 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Sonda śniadaniowa RYD 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN							Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Mizeria 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany (zmielony) 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sonda obiadowa RYD () 700 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mizeria 100 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw z jajkiem() 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Mizeria 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD							Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sonda kolacyjna RYD () 700 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2260.15 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 75.78 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 318.26 g; W tym cukry: 69.20 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2195.31 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 312.59 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2607.09 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 75.50 g; Kw. tł. nasy.: 37.71 g; Węglowodany ogółem: 382.98 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 35.27 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2512.95 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 117.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 244.26 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2197.52 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; W tym cukry: 74.80 g; Błonnik pok.: 13.72 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 2154.65 kcal; Białko ogółem: 114.55 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw. tł. nasy.: 34.04 g; Węglowodany ogółem: 288.52 g; W tym cukry: 54.92 g; Błonnik pok.: 35.34 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2340.96 kcal; Białko ogółem: 108.55 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 331.79 g; W tym cukry: 72.69 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2292.56 kcal; Białko ogółem: 66.18 g; Tłuszcz: 98.14 g; Kw. tł. nasy.: 42.28 g; Węglowodany ogółem: 292.56 g; W tym cukry: 74.63 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2031.45 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; W tym cukry: 68.42 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2378.96 kcal; Białko ogółem: 108.35 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 335.79 g; W tym cukry: 73.89 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.29 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-08 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki z serem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - dyniowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2851.74 kcal; Białko ogółem: 109.21 g; Tłuszcz: 87.51 g; Kw. tł. nasy.: 38.91 g; Węglowodany ogółem: 417.35 g; W tym cukry: 105.68 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2270.17 kcal; Białko ogółem: 87.68 g; Tłuszcz: 67.92 g; Kw. tł. nasy.: 35.94 g; Węglowodany ogółem: 333.28 g; W tym cukry: 73.88 g; Błonnik pok.: 20.70 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2360.92 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz: 65.12 g; Kw. tł. nasy.: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 348.78 g; W tym cukry: 78.47 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2472.62 kcal; Białko ogółem: 103.21 g; Tłuszcz: 64.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.88 g; Węglowodany ogółem: 372.58 g; W tym cukry: 82.68 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2430.74 kcal; Białko ogółem: 122.69 g; Tłuszcz: 121.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 220.31 g; W tym cukry: 104.44 g; Błonnik pok.: 19.77 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 2253.50 kcal; Białko ogółem: 96.73 g; Tłuszcz: 70.46 g; Kw. tł. nasy.: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 316.13 g; W tym cukry: 62.59 g; Błonnik pok.: 34.51 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2279.07 kcal; Białko ogółem: 92.24 g; Tłuszcz: 62.24 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 338.98 g; W tym cukry: 65.04 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 2673.46 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; Tłuszcz: 96.51 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 363.82 g; W tym cukry: 73.33 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 1797.00 kcal; Białko ogółem: 48.09 g; Tłuszcz: 60.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 266.24 g; W tym cukry: 46.52 g; Błonnik pok.: 12.96 g; Sól: 2.63 g;	Wartość energetyczna: 2272.89 kcal; Białko ogółem: 71.50 g; Tłuszcz: 63.37 g; Kw. tł. nasy.: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 357.73 g; W tym cukry: 78.77 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.85 g;	Wartość energetyczna: 2460.23 kcal; Białko ogółem: 80.53 g; Tłuszcz: 68.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.89 g; Węglowodany ogółem: 385.62 g; W tym cukry: 79.92 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 8.39 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-09 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										
	Obiad	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki młode gotowane () 200 g Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz sojowy z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2758.67 kcal; Białko ogółem: 117.03 g; Tłuszcz: 102.24 g; Kw. tł. nasy.: 50.78 g; Węglowodany ogółem: 352.68 g; W tym cukry: 79.14 g; Błonnik pok.: 24.95 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2652.74 kcal; Białko ogółem: 120.71 g; Tłuszcz: 93.25 g; Kw. tł. nasy.: 42.10 g; Węglowodany ogółem: 341.95 g; W tym cukry: 79.45 g; Błonnik pok.: 21.33 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2713.52 kcal; Białko ogółem: 119.90 g; Tłuszcz: 93.65 g; Kw. tł. nasy.: 42.59 g; Węglowodany ogółem: 357.78 g; W tym cukry: 79.30 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2901.61 kcal; Białko ogółem: 131.85 g; Tłuszcz: 86.94 g; Kw. tł. nasy.: 43.47 g; Węglowodany ogółem: 410.60 g; W tym cukry: 89.59 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2471.18 kcal; Białko ogółem: 127.47 g; Tłuszcz: 122.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 223.27 g; W tym cukry: 103.51 g; Błonnik pok.: 18.45 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 2273.22 kcal; Białko ogółem: 114.33 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 40.56 g; Węglowodany ogółem: 275.67 g; W tym cukry: 68.48 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2418.79 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Tłuszcz: 86.48 g; Kw. tł. nasy.: 41.25 g; Węglowodany ogółem: 313.42 g; W tym cukry: 67.99 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 2622.62 kcal; Białko ogółem: 106.23 g; Tłuszcz: 88.92 g; Kw. tł. nasy.: 47.44 g; Węglowodany ogółem: 353.13 g; W tym cukry: 78.48 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2022.60 kcal; Białko ogółem: 78.31 g; Tłuszcz: 85.05 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 239.70 g; W tym cukry: 54.08 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2883.70 kcal; Białko ogółem: 118.97 g; Tłuszcz: 113.01 g; Kw. tł. nasy.: 50.04 g; Węglowodany ogółem: 358.21 g; W tym cukry: 81.99 g; Błonnik pok.: 23.77 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2956.68 kcal; Białko ogółem: 131.66 g; Tłuszcz: 116.84 g; Kw. tł. nasy.: 51.41 g; Węglowodany ogółem: 356.56 g; W tym cukry: 80.83 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 10.10 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-10 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (***MLE, S02,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g (***MLE, S02,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (***MLE, S02,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2376.75 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 81.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.55 g; Węglowodany ogółem: 325.07 g; W tym cukry: 77.63 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2164.88 kcal; Białko ogółem: 89.79 g; Tłuszcz: 71.63 g; Kw. tł. nasy.: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 298.22 g; W tym cukry: 67.03 g; Błonnik pok.: 20.56 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2298.52 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz: 72.51 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 329.69 g; W tym cukry: 99.89 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2374.97 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 70.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.16 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; W tym cukry: 93.26 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 10.66 g;	Wartość energetyczna: 2454.48 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 116.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 235.04 g; W tym cukry: 90.42 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2215.66 kcal; Białko ogółem: 95.32 g; Tłuszcz: 78.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.40 g; Węglowodany ogółem: 296.66 g; W tym cukry: 69.01 g; Błonnik pok.: 32.71 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2246.31 kcal; Białko ogółem: 87.70 g; Tłuszcz: 70.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 324.82 g; W tym cukry: 79.88 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sól: 9.96 g;	Wartość energetyczna: 2354.73 kcal; Białko ogółem: 97.40 g; Tłuszcz: 86.14 g; Kw. tł. nasy.: 48.75 g; Węglowodany ogółem: 307.65 g; W tym cukry: 79.70 g; Błonnik pok.: 22.82 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 1708.71 kcal; Białko ogółem: 59.37 g; Tłuszcz: 66.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 224.95 g; W tym cukry: 48.09 g; Błonnik pok.: 14.38 g; Sól: 3.75 g;	Wartość energetyczna: 2375.34 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw. tł. nasy.: 44.26 g; Węglowodany ogółem: 321.48 g; W tym cukry: 90.02 g; Błonnik pok.: 19.52 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2601.08 kcal; Białko ogółem: 107.53 g; Tłuszcz: 86.19 g; Kw. tł. nasy.: 47.76 g; Węglowodany ogółem: 356.25 g; W tym cukry: 86.37 g; Błonnik pok.: 27.92 g; Sól: 9.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-11 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2620.92 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 99.20 g; Kw. tł. nasy.: 48.69 g; Węglowodany ogółem: 347.07 g; W tym cukry: 83.70 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2517.16 kcal; Białko ogółem: 105.09 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g; W tym cukry: 73.90 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2597.52 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 91.21 g; Kw. tł. nasy.: 40.38 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2709.22 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 90.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.94 g; Węglowodany ogółem: 375.09 g; W tym cukry: 82.70 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 124.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 217.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2345.49 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 85.45 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 305.74 g; W tym cukry: 68.87 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2496.76 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 86.71 g; Kw. tł. nasy.: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2580.48 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 101.61 g; Kw. tł. nasy.: 45.28 g; Węglowodany ogółem: 329.54 g; W tym cukry: 73.66 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2077.96 kcal; Białko ogółem: 73.12 g; Tłuszcz: 84.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 263.17 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sól: 3.42 g;	Wartość energetyczna: 2646.67 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 102.23 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2868.64 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw. tł. nasy.: 50.27 g; Węglowodany ogółem: 373.08 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 9.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-12 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)		Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Arbuz 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos pieczarkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml		Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2605.90 kcal; Białko ogółem: 103.08 g; Tłuszcz: 82.78 g; Kw. tł. nasy.: 35.61 g; Węglowodany ogółem: 371.65 g; W tym cukry: 125.75 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 2445.79 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 78.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.15 g; Węglowodany ogółem: 347.79 g; W tym cukry: 116.27 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2435.49 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; Tłuszcz: 74.46 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 350.75 g; W tym cukry: 119.04 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2601.28 kcal; Białko ogółem: 106.28 g; Tłuszcz: 74.11 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 392.21 g; W tym cukry: 125.00 g; Błonnik pok.: 35.41 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2484.93 kcal; Białko ogółem: 125.55 g; Tłuszcz: 115.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 242.57 g; W tym cukry: 91.51 g; Błonnik pok.: 18.78 g; Sól: 3.96 g;	Wartość energetyczna: 2209.85 kcal; Białko ogółem: 107.29 g; Tłuszcz: 86.17 g; Kw. tł. nasy.: 42.97 g; Węglowodany ogółem: 267.11 g; W tym cukry: 62.13 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2271.15 kcal; Białko ogółem: 111.83 g; Tłuszcz: 77.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.40 g; Węglowodany ogółem: 294.43 g; W tym cukry: 64.48 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2812.77 kcal; Białko ogółem: 94.12 g; Tłuszcz: 96.55 g; Kw. tł. nasy.: 37.84 g; Węglowodany ogółem: 401.88 g; W tym cukry: 128.91 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 4.89 g;	Wartość energetyczna: 1999.85 kcal; Białko ogółem: 64.07 g; Tłuszcz: 72.71 g; Kw. tł. nasy.: 28.09 g; Węglowodany ogółem: 279.03 g; W tym cukry: 91.28 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sól: 3.01 g;	Wartość energetyczna: 2446.41 kcal; Białko ogółem: 98.00 g; Tłuszcz: 77.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 350.62 g; W tym cukry: 117.06 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2677.05 kcal; Białko ogółem: 127.94 g; Tłuszcz: 101.21 g; Kw. tł. nasy.: 47.24 g; Węglowodany ogółem: 327.59 g; W tym cukry: 70.86 g; Błonnik pok.: 32.69 g; Sól: 9.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-13 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mięso wołowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (***SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2630.62 kcal; Białko ogółem: 109.62 g; Tłuszcz: 92.37 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 355.22 g; W tym cukry: 79.19 g; Błonnik pok.: 32.76 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2418.64 kcal; Białko ogółem: 111.82 g; Tłuszcz: 77.64 g; Kw. tł. nasy.: 38.27 g; Węglowodany ogółem: 328.25 g; W tym cukry: 80.66 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2506.39 kcal; Białko ogółem: 112.71 g; Tłuszcz: 77.76 g; Kw. tł. nasy.: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 347.39 g; W tym cukry: 75.25 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2670.69 kcal; Białko ogółem: 119.10 g; Tłuszcz: 77.13 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 386.46 g; W tym cukry: 79.45 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2447.98 kcal; Białko ogółem: 123.40 g; Tłuszcz: 122.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 223.32 g; W tym cukry: 100.45 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2445.39 kcal; Białko ogółem: 106.89 g; Tłuszcz: 86.89 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 325.24 g; W tym cukry: 78.67 g; Błonnik pok.: 33.84 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2422.04 kcal; Białko ogółem: 105.56 g; Tłuszcz: 74.16 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 341.51 g; W tym cukry: 73.80 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2611.02 kcal; Białko ogółem: 82.98 g; Tłuszcz: 99.68 g; Kw. tł. nasy.: 45.60 g; Węglowodany ogółem: 360.23 g; W tym cukry: 84.08 g; Błonnik pok.: 33.51 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 1972.54 kcal; Białko ogółem: 74.70 g; Tłuszcz: 75.88 g; Kw. tł. nasy.: 31.56 g; Węglowodany ogółem: 253.75 g; W tym cukry: 52.65 g; Błonnik pok.: 18.60 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2565.89 kcal; Białko ogółem: 105.31 g; Tłuszcz: 88.76 g; Kw. tł. nasy.: 46.79 g; Węglowodany ogółem: 344.99 g; W tym cukry: 75.75 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2765.93 kcal; Białko ogółem: 112.39 g; Tłuszcz: 92.94 g; Kw. tł. nasy.: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 379.79 g; W tym cukry: 90.94 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 10.20 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-14 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Budyń z udźca kurczaka 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlet z jaj 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2449.74 kcal; Białko ogółem: 122.81 g; Tłuszcz: 107.55 g; Kw. tł. nasy.: 47.76 g; Węglowodany ogółem: 256.76 g; W tym cukry: 55.29 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2359.70 kcal; Białko ogółem: 117.29 g; Tłuszcz: 90.25 g; Kw. tł. nasy.: 38.95 g; Węglowodany ogółem: 275.12 g; W tym cukry: 64.29 g; Błonnik pok.: 19.67 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2309.80 kcal; Białko ogółem: 110.89 g; Tłuszcz: 86.62 g; Kw. tł. nasy.: 37.84 g; Węglowodany ogółem: 277.30 g; W tym cukry: 66.42 g; Błonnik pok.: 19.98 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2506.75 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 72.02 g; Kw. tł. nasy.: 35.15 g; Węglowodany ogółem: 366.00 g; W tym cukry: 87.96 g; Błonnik pok.: 23.38 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2426.71 kcal; Białko ogółem: 135.12 g; Tłuszcz: 108.24 g; Kw. tł. nasy.: 50.82 g; Węglowodany ogółem: 238.74 g; W tym cukry: 44.27 g; Błonnik pok.: 27.94 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2412.06 kcal; Białko ogółem: 125.84 g; Tłuszcz: 92.44 g; Kw. tł. nasy.: 42.25 g; Węglowodany ogółem: 274.48 g; W tym cukry: 57.47 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 9.49 g;	Wartość energetyczna: 2429.72 kcal; Białko ogółem: 71.18 g; Tłuszcz: 101.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 310.46 g; W tym cukry: 67.53 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2191.47 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 90.41 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 252.31 g; W tym cukry: 55.27 g; Błonnik pok.: 14.51 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2442.14 kcal; Białko ogółem: 121.07 g; Tłuszcz: 102.53 g; Kw. tł. nasy.: 47.26 g; Węglowodany ogółem: 266.02 g; W tym cukry: 64.37 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2581.61 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 108.16 g; Kw. tł. nasy.: 48.34 g; Węglowodany ogółem: 272.45 g; W tym cukry: 46.23 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 10.39 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-15 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)										Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2441.99 kcal; Białko ogółem: 90.30 g; Tłuszcz: 80.00 g; Kw. tł. nasy.: 41.74 g; Węglowodany ogółem: 348.64 g; W tym cukry: 75.36 g; Błonnik pok.: 28.07 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2337.87 kcal; Białko ogółem: 88.08 g; Tłuszcz: 70.92 g; Kw. tł. nasy.: 39.97 g; Węglowodany ogółem: 344.86 g; W tym cukry: 72.35 g; Błonnik pok.: 19.24 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2370.65 kcal; Białko ogółem: 84.79 g; Tłuszcz: 68.69 g; Kw. tł. nasy.: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 358.11 g; W tym cukry: 73.67 g; Błonnik pok.: 20.07 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2422.84 kcal; Białko ogółem: 89.35 g; Tłuszcz: 67.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.64 g; Węglowodany ogółem: 371.60 g; W tym cukry: 76.74 g; Błonnik pok.: 20.88 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2463.35 kcal; Białko ogółem: 126.38 g; Tłuszcz: 124.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 218.06 g; W tym cukry: 101.67 g; Błonnik pok.: 18.09 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2352.30 kcal; Białko ogółem: 90.96 g; Tłuszcz: 78.27 g; Kw. tł. nasy.: 42.37 g; Węglowodany ogółem: 332.94 g; W tym cukry: 72.53 g; Błonnik pok.: 33.30 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2386.85 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 66.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.92 g; Węglowodany ogółem: 370.41 g; W tym cukry: 70.26 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 2402.70 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 81.23 g; Kw. tł. nasy.: 44.85 g; Węglowodany ogółem: 343.87 g; W tym cukry: 68.78 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 1910.23 kcal; Białko ogółem: 52.18 g; Tłuszcz: 65.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 281.42 g; W tym cukry: 47.41 g; Błonnik pok.: 12.49 g; Sól: 2.95 g;	Wartość energetyczna: 2511.10 kcal; Białko ogółem: 75.22 g; Tłuszcz: 85.59 g; Kw. tł. nasy.: 46.04 g; Węglowodany ogółem: 367.07 g; W tym cukry: 76.78 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 2799.57 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 92.45 g; Kw. tł. nasy.: 51.11 g; Węglowodany ogółem: 413.46 g; W tym cukry: 86.50 g; Błonnik pok.: 26.73 g; Sól: 9.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-16 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kalarepy i jabłka () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso wołowe mielone w sosie wł 50 g (***GLU PSZ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - wielowarzywna z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z kalarepy i jabłka () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz z soczewicy i papryki () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kalarepy i jabłka () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 200 ml (***MLE, ŚEL,***) Kasza jaglana na sypko 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml (***ŚEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (***RYB, SEL,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (***RYB, SEL,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2745.31 kcal; Białko ogółem: 119.91 g; Tłuszcz: 99.52 g; Kw. tł. nasy.: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 356.98 g; W tym cukry: 62.19 g; Błonnik pok.: 35.42 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2374.94 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 74.16 g; Kw. tł. nasy.: 34.65 g; Węglowodany ogółem: 338.15 g; W tym cukry: 69.52 g; Błonnik pok.: 32.14 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 2439.95 kcal; Białko ogółem: 101.74 g; Tłuszcz: 74.69 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 354.05 g; W tym cukry: 69.17 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sól: 9.34 g;	Wartość energetyczna: 2581.68 kcal; Białko ogółem: 97.76 g; Tłuszcz: 68.88 g; Kw. tł. nasy.: 33.49 g; Węglowodany ogółem: 409.10 g; W tym cukry: 73.37 g; Błonnik pok.: 38.09 g; Sól: 8.96 g;	Wartość energetyczna: 2313.35 kcal; Białko ogółem: 120.17 g; Tłuszcz: 113.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 208.70 g; W tym cukry: 91.86 g; Błonnik pok.: 19.70 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2493.63 kcal; Białko ogółem: 113.19 g; Tłuszcz: 86.83 g; Kw. tł. nasy.: 38.38 g; Węglowodany ogółem: 331.58 g; W tym cukry: 65.68 g; Błonnik pok.: 38.82 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2479.06 kcal; Białko ogółem: 99.73 g; Tłuszcz: 73.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 369.28 g; W tym cukry: 66.30 g; Błonnik pok.: 37.02 g; Sól: 11.33 g;	Wartość energetyczna: 2599.20 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 92.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.95 g; Węglowodany ogółem: 370.63 g; W tym cukry: 67.73 g; Błonnik pok.: 34.94 g; Sól: 5.15 g;	Wartość energetyczna: 1828.32 kcal; Białko ogółem: 67.34 g; Tłuszcz: 67.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; Węglowodany ogółem: 244.81 g; W tym cukry: 41.16 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sól: 4.18 g;	Wartość energetyczna: 2572.54 kcal; Białko ogółem: 105.66 g; Tłuszcz: 82.23 g; Kw. tł. nasy.: 36.40 g; Węglowodany ogółem: 368.98 g; W tym cukry: 66.18 g; Błonnik pok.: 39.68 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2938.82 kcal; Białko ogółem: 127.39 g; Tłuszcz: 90.54 g; Kw. tł. nasy.: 39.11 g; Węglowodany ogółem: 421.59 g; W tym cukry: 73.52 g; Błonnik pok.: 43.09 g; Sól: 10.09 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-17 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka szwedzka () 100 g (***GOR,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 350 g Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2465.39 kcal; Białko ogółem: 109.09 g; Tłuszcz: 85.34 g; Kw. tł. nasy.: 44.98 g; Węglowodany ogółem: 325.82 g; W tym cukry: 96.10 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 9.42 g;	Wartość energetyczna: 2446.10 kcal; Białko ogółem: 108.94 g; Tłuszcz: 85.60 g; Kw. tł. nasy.: 45.19 g; Węglowodany ogółem: 314.35 g; W tym cukry: 87.29 g; Błonnik pok.: 16.95 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2475.28 kcal; Białko ogółem: 95.39 g; Tłuszcz: 82.20 g; Kw. tł. nasy.: 41.88 g; Węglowodany ogółem: 344.78 g; W tym cukry: 99.03 g; Błonnik pok.: 23.26 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2584.68 kcal; Białko ogółem: 102.33 g; Tłuszcz: 82.03 g; Kw. tł. nasy.: 41.47 g; Węglowodany ogółem: 366.72 g; W tym cukry: 103.30 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2522.56 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 121.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 237.97 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 4.07 g;	Wartość energetyczna: 2361.06 kcal; Białko ogółem: 121.03 g; Tłuszcz: 82.45 g; Kw. tł. nasy.: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 295.08 g; W tym cukry: 68.29 g; Błonnik pok.: 26.76 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 2517.94 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 78.88 g; Kw. tł. nasy.: 38.95 g; Węglowodany ogółem: 357.68 g; W tym cukry: 85.83 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 9.55 g;	Wartość energetyczna: 2341.98 kcal; Białko ogółem: 82.21 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kw. tł. nasy.: 48.65 g; Węglowodany ogółem: 326.94 g; W tym cukry: 103.82 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2020.28 kcal; Białko ogółem: 76.74 g; Tłuszcz: 81.52 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 246.04 g; W tym cukry: 64.72 g; Błonnik pok.: 14.31 g; Sól: 3.26 g;	Wartość energetyczna: 2658.28 kcal; Białko ogółem: 113.39 g; Tłuszcz: 110.78 g; Kw. tł. nasy.: 50.24 g; Węglowodany ogółem: 306.60 g; W tym cukry: 75.79 g; Błonnik pok.: 17.73 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 3040.93 kcal; Białko ogółem: 126.79 g; Tłuszcz: 117.86 g; Kw. tł. nasy.: 55.33 g; Węglowodany ogółem: 374.14 g; W tym cukry: 92.99 g; Błonnik pok.: 21.18 g; Sól: 11.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-18 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemn () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g (***SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2645.91 kcal; Białko ogółem: 96.20 g; Tłuszcz: 92.94 g; Kw. tł. nasy.: 39.54 g; Węglowodany ogółem: 364.96 g; W tym cukry: 81.78 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2456.54 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 77.32 g; Kw. tł. nasy.: 36.81 g; Węglowodany ogółem: 347.15 g; W tym cukry: 80.44 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2536.41 kcal; Białko ogółem: 101.22 g; Tłuszcz: 77.43 g; Kw. tł. nasy.: 37.25 g; Węglowodany ogółem: 365.91 g; W tym cukry: 85.00 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2667.76 kcal; Białko ogółem: 107.10 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 394.63 g; W tym cukry: 88.59 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 6.90 g;	Wartość energetyczna: 2381.92 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 113.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 225.74 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 18.96 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2547.92 kcal; Białko ogółem: 109.41 g; Tłuszcz: 92.57 g; Kw. tł. nasy.: 39.75 g; Węglowodany ogółem: 327.59 g; W tym cukry: 53.37 g; Błonnik pok.: 46.74 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 2560.19 kcal; Białko ogółem: 109.80 g; Tłuszcz: 81.60 g; Kw. tł. nasy.: 40.70 g; Węglowodany ogółem: 354.70 g; W tym cukry: 55.31 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 2697.69 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 95.73 g; Kw. tł. nasy.: 42.86 g; Węglowodany ogółem: 380.30 g; W tym cukry: 86.97 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2024.59 kcal; Białko ogółem: 64.30 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 281.64 g; W tym cukry: 55.12 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sól: 2.89 g;	Wartość energetyczna: 2604.39 kcal; Białko ogółem: 97.99 g; Tłuszcz: 88.09 g; Kw. tł. nasy.: 44.57 g; Węglowodany ogółem: 363.71 g; W tym cukry: 81.59 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 2942.61 kcal; Białko ogółem: 128.90 g; Tłuszcz: 100.48 g; Kw. tł. nasy.: 49.66 g; Węglowodany ogółem: 391.24 g; W tym cukry: 60.06 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sól: 10.51 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-19 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Miód (25g) 2 szt Nektarynka 120 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Nektarynka 120 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)					Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2650.33 kcal; Białko ogółem: 99.83 g; Tłuszcz: 96.07 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 355.86 g; W tym cukry: 83.50 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 5.54 g;	Wartość energetyczna: 2491.70 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 79.93 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 355.72 g; W tym cukry: 91.16 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2487.83 kcal; Białko ogółem: 100.82 g; Tłuszcz: 76.51 g; Kw. tł. nasy.: 37.43 g; Węglowodany ogółem: 359.40 g; W tym cukry: 94.08 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2668.79 kcal; Białko ogółem: 104.80 g; Tłuszcz: 76.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.38 g; Węglowodany ogółem: 402.20 g; W tym cukry: 99.58 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2563.99 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 123.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2321.73 kcal; Białko ogółem: 119.83 g; Tłuszcz: 83.56 g; Kw. tł. nasy.: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 289.81 g; W tym cukry: 71.93 g; Błonnik pok.: 33.48 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2502.22 kcal; Białko ogółem: 115.26 g; Tłuszcz: 76.69 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 351.47 g; W tym cukry: 93.51 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2558.71 kcal; Białko ogółem: 81.37 g; Tłuszcz: 79.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 389.50 g; W tym cukry: 87.89 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 2002.28 kcal; Białko ogółem: 61.15 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 285.17 g; W tym cukry: 62.81 g; Błonnik pok.: 18.41 g; Sól: 2.63 g;	Wartość energetyczna: 2486.47 kcal; Białko ogółem: 97.81 g; Tłuszcz: 80.11 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 354.01 g; W tym cukry: 94.27 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2822.06 kcal; Białko ogółem: 128.53 g; Tłuszcz: 88.00 g; Kw. tł. nasy.: 43.72 g; Węglowodany ogółem: 393.13 g; W tym cukry: 110.16 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sól: 9.37 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-20 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2776.84 kcal; Białko ogółem: 111.12 g; Tłuszcz: 101.26 g; Kw. tł. nasy.: 42.53 g; Węglowodany ogółem: 364.14 g; W tym cukry: 91.94 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 12.02 g;	Wartość energetyczna: 2518.03 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 361.10 g; W tym cukry: 87.74 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2545.66 kcal; Białko ogółem: 101.11 g; Tłuszcz: 68.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 388.01 g; W tym cukry: 114.83 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2689.67 kcal; Białko ogółem: 108.20 g; Tłuszcz: 75.21 g; Kw. tł. nasy.: 37.42 g; Węglowodany ogółem: 407.80 g; W tym cukry: 110.57 g; Błonnik pok.: 30.21 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2462.59 kcal; Białko ogółem: 125.67 g; Tłuszcz: 122.18 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 225.04 g; W tym cukry: 103.77 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 5.02 g;	Wartość energetyczna: 2459.35 kcal; Białko ogółem: 112.77 g; Tłuszcz: 88.16 g; Kw. tł. nasy.: 37.79 g; Węglowodany ogółem: 317.66 g; W tym cukry: 67.76 g; Błonnik pok.: 34.01 g; Sól: 9.85 g;	Wartość energetyczna: 2535.22 kcal; Białko ogółem: 108.73 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 36.65 g; Węglowodany ogółem: 371.47 g; W tym cukry: 81.52 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 11.74 g;	Wartość energetyczna: 2548.14 kcal; Białko ogółem: 102.08 g; Tłuszcz: 80.74 g; Kw. tł. nasy.: 39.91 g; Węglowodany ogółem: 358.61 g; W tym cukry: 86.87 g; Błonnik pok.: 36.87 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2072.21 kcal; Białko ogółem: 64.78 g; Tłuszcz: 73.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 291.93 g; W tym cukry: 60.47 g; Błonnik pok.: 16.36 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 2569.43 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 79.59 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 374.83 g; W tym cukry: 114.80 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2876.65 kcal; Białko ogółem: 126.87 g; Tłuszcz: 92.42 g; Kw. tł. nasy.: 46.67 g; Węglowodany ogółem: 394.67 g; W tym cukry: 93.27 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sól: 12.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-07-21 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Mizeria 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () b/c 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mięso (schab) mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () b/c 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mizeria 100 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () b/c 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Mizeria 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***)
		Wartość energetyczna: 2206.47 kcal; Białko ogółem: 88.94 g; Tłuszcz: 84.42 g; Kw. tł. nasy.: 41.38 g; Węglowodany ogółem: 280.92 g; W tym cukry: 59.57 g; Błonnik pok.: 20.94 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 1930.48 kcal; Białko ogółem: 99.18 g; Tłuszcz: 56.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 259.08 g; W tym cukry: 52.56 g; Błonnik pok.: 15.26 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2061.06 kcal; Białko ogółem: 97.40 g; Tłuszcz: 59.73 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 293.49 g; W tym cukry: 63.46 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2549.42 kcal; Białko ogółem: 111.21 g; Tłuszcz: 75.27 g; Kw. tł. nasy.: 33.89 g; Węglowodany ogółem: 367.98 g; W tym cukry: 83.43 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2465.95 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 114.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 240.94 g; W tym cukry: 91.79 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2160.50 kcal; Białko ogółem: 119.25 g; Tłuszcz: 77.18 g; Kw. tł. nasy.: 45.35 g; Węglowodany ogółem: 257.66 g; W tym cukry: 34.60 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2259.41 kcal; Białko ogółem: 112.72 g; Tłuszcz: 66.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 313.20 g; W tym cukry: 40.33 g; Błonnik pok.: 31.68 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2108.22 kcal; Białko ogółem: 72.63 g; Tłuszcz: 81.19 g; Kw. tł. nasy.: 40.91 g; Węglowodany ogółem: 281.86 g; W tym cukry: 58.89 g; Błonnik pok.: 17.22 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 1755.74 kcal; Białko ogółem: 77.72 g; Tłuszcz: 57.62 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 228.73 g; W tym cukry: 43.76 g; Błonnik pok.: 10.02 g; Sól: 3.10 g;	Wartość energetyczna: 2091.93 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 68.96 g; Kw. tł. nasy.: 40.02 g; Węglowodany ogółem: 273.58 g; W tym cukry: 52.35 g; Błonnik pok.: 17.42 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2328.28 kcal; Białko ogółem: 113.35 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kw. tł. nasy.: 47.13 g; Węglowodany ogółem: 297.29 g; W tym cukry: 30.42 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 10.25 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-05 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki z serem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - dyniowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2835.31 kcal; Białko ogółem: 107.09 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw. tł. nasy.: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 419.05 g; W tym cukry: 105.36 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2253.74 kcal; Białko ogółem: 85.56 g; Tłuszcz: 66.54 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 334.98 g; W tym cukry: 73.56 g; Błonnik pok.: 20.70 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2344.49 kcal; Białko ogółem: 95.03 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 350.48 g; W tym cukry: 78.15 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2456.19 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 63.40 g; Kw. tł. nasy.: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 374.28 g; W tym cukry: 82.36 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2430.74 kcal; Białko ogółem: 122.69 g; Tłuszcz: 121.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 220.31 g; W tym cukry: 104.44 g; Błonnik pok.: 19.77 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 2237.07 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz: 69.08 g; Kw. tł. nasy.: 35.56 g; Węglowodany ogółem: 317.83 g; W tym cukry: 62.27 g; Błonnik pok.: 34.51 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2262.64 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 33.61 g; Węglowodany ogółem: 340.68 g; W tym cukry: 64.72 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2673.46 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; Tłuszcz: 96.51 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 363.82 g; W tym cukry: 73.33 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 1797.00 kcal; Białko ogółem: 48.09 g; Tłuszcz: 60.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 266.24 g; W tym cukry: 46.52 g; Błonnik pok.: 12.96 g; Sól: 2.63 g;	Wartość energetyczna: 2256.46 kcal; Białko ogółem: 69.38 g; Tłuszcz: 61.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.48 g; Węglowodany ogółem: 359.43 g; W tym cukry: 78.45 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2443.80 kcal; Białko ogółem: 78.41 g; Tłuszcz: 66.69 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 387.32 g; W tym cukry: 79.60 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 8.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-06 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										
	Obiad	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki młode gotowane () 200 g Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz sojowy z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2758.67 kcal; Białko ogółem: 117.03 g; Tłuszcz: 102.24 g; Kw. tł. nasy.: 50.78 g; Węglowodany ogółem: 352.68 g; W tym cukry: 79.14 g; Błonnik pok.: 24.95 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2652.74 kcal; Białko ogółem: 120.71 g; Tłuszcz: 93.25 g; Kw. tł. nasy.: 42.10 g; Węglowodany ogółem: 341.95 g; W tym cukry: 79.45 g; Błonnik pok.: 21.33 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2713.52 kcal; Białko ogółem: 119.90 g; Tłuszcz: 93.65 g; Kw. tł. nasy.: 42.59 g; Węglowodany ogółem: 357.78 g; W tym cukry: 79.30 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2901.61 kcal; Białko ogółem: 131.85 g; Tłuszcz: 86.94 g; Kw. tł. nasy.: 43.47 g; Węglowodany ogółem: 410.60 g; W tym cukry: 89.59 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2471.18 kcal; Białko ogółem: 127.47 g; Tłuszcz: 122.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 223.27 g; W tym cukry: 103.51 g; Błonnik pok.: 18.45 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 2273.22 kcal; Białko ogółem: 114.33 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 40.56 g; Węglowodany ogółem: 275.67 g; W tym cukry: 68.48 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2418.79 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Tłuszcz: 86.48 g; Kw. tł. nasy.: 41.25 g; Węglowodany ogółem: 313.42 g; W tym cukry: 67.99 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 2622.62 kcal; Białko ogółem: 106.23 g; Tłuszcz: 88.92 g; Kw. tł. nasy.: 47.44 g; Węglowodany ogółem: 353.13 g; W tym cukry: 78.48 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2022.60 kcal; Białko ogółem: 78.31 g; Tłuszcz: 85.05 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 239.70 g; W tym cukry: 54.08 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2883.70 kcal; Białko ogółem: 118.97 g; Tłuszcz: 113.01 g; Kw. tł. nasy.: 50.04 g; Węglowodany ogółem: 358.21 g; W tym cukry: 81.99 g; Błonnik pok.: 23.77 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2956.68 kcal; Białko ogółem: 131.66 g; Tłuszcz: 116.84 g; Kw. tł. nasy.: 51.41 g; Węglowodany ogółem: 356.56 g; W tym cukry: 80.83 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 10.10 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-07 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (***MLE, S02,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g (***MLE, S02,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (***MLE, S02,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2376.75 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 81.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.55 g; Węglowodany ogółem: 325.07 g; W tym cukry: 77.63 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2164.88 kcal; Białko ogółem: 89.79 g; Tłuszcz: 71.63 g; Kw. tł. nasy.: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 298.22 g; W tym cukry: 67.03 g; Błonnik pok.: 20.56 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2298.52 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz: 72.51 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 329.69 g; W tym cukry: 99.89 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2374.97 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 70.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.16 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; W tym cukry: 93.26 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 10.66 g;	Wartość energetyczna: 2454.48 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 116.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 235.04 g; W tym cukry: 90.42 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2215.66 kcal; Białko ogółem: 95.32 g; Tłuszcz: 78.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.40 g; Węglowodany ogółem: 296.66 g; W tym cukry: 69.01 g; Błonnik pok.: 32.71 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2246.31 kcal; Białko ogółem: 87.70 g; Tłuszcz: 70.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 324.82 g; W tym cukry: 79.88 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sól: 9.96 g;	Wartość energetyczna: 2354.73 kcal; Białko ogółem: 97.40 g; Tłuszcz: 86.14 g; Kw. tł. nasy.: 48.75 g; Węglowodany ogółem: 307.65 g; W tym cukry: 79.70 g; Błonnik pok.: 22.82 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 1708.71 kcal; Białko ogółem: 59.37 g; Tłuszcz: 66.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 224.95 g; W tym cukry: 48.09 g; Błonnik pok.: 14.38 g; Sól: 3.75 g;	Wartość energetyczna: 2375.34 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw. tł. nasy.: 44.26 g; Węglowodany ogółem: 321.48 g; W tym cukry: 90.02 g; Błonnik pok.: 19.52 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2601.08 kcal; Białko ogółem: 107.53 g; Tłuszcz: 86.19 g; Kw. tł. nasy.: 47.76 g; Węglowodany ogółem: 356.25 g; W tym cukry: 86.37 g; Błonnik pok.: 27.92 g; Sól: 9.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-08 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2620.92 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 99.20 g; Kw. tł. nasy.: 48.69 g; Węglowodany ogółem: 347.07 g; W tym cukry: 83.70 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2517.16 kcal; Białko ogółem: 105.09 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g; W tym cukry: 73.90 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2597.52 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 91.21 g; Kw. tł. nasy.: 40.38 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2709.22 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 90.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.94 g; Węglowodany ogółem: 375.09 g; W tym cukry: 82.70 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 124.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 217.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2345.49 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 85.45 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 305.74 g; W tym cukry: 68.87 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2496.76 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 86.71 g; Kw. tł. nasy.: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2580.48 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 101.61 g; Kw. tł. nasy.: 45.28 g; Węglowodany ogółem: 329.54 g; W tym cukry: 73.66 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2077.96 kcal; Białko ogółem: 73.12 g; Tłuszcz: 84.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 263.17 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sól: 3.42 g;	Wartość energetyczna: 2646.67 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 102.23 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2868.64 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw. tł. nasy.: 50.27 g; Węglowodany ogółem: 373.08 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 9.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-09 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)		Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Arbuz 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos pieczarkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml		Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2615.90 kcal; Białko ogółem: 102.48 g; Tłuszcz: 83.28 g; Kw. tł. nasy.: 35.71 g; Węglowodany ogółem: 375.65 g; W tym cukry: 140.75 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 2455.79 kcal; Białko ogółem: 98.17 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw. tł. nasy.: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 351.79 g; W tym cukry: 131.27 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2451.34 kcal; Białko ogółem: 102.65 g; Tłuszcz: 75.03 g; Kw. tł. nasy.: 34.39 g; Węglowodany ogółem: 355.35 g; W tym cukry: 133.77 g; Błonnik pok.: 29.30 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2617.13 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 74.68 g; Kw. tł. nasy.: 34.12 g; Węglowodany ogółem: 396.81 g; W tym cukry: 139.73 g; Błonnik pok.: 34.11 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 2494.93 kcal; Białko ogółem: 124.95 g; Tłuszcz: 116.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 246.57 g; W tym cukry: 106.51 g; Błonnik pok.: 17.48 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 2219.85 kcal; Białko ogółem: 106.69 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 43.07 g; Węglowodany ogółem: 271.11 g; W tym cukry: 77.13 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2287.00 kcal; Białko ogółem: 111.98 g; Tłuszcz: 77.64 g; Kw. tł. nasy.: 36.89 g; Węglowodany ogółem: 299.03 g; W tym cukry: 79.21 g; Błonnik pok.: 30.62 g; Sól: 9.70 g;	Wartość energetyczna: 2822.77 kcal; Białko ogółem: 93.52 g; Tłuszcz: 97.05 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 405.88 g; W tym cukry: 143.91 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2009.85 kcal; Białko ogółem: 63.47 g; Tłuszcz: 73.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 283.03 g; W tym cukry: 106.28 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sól: 3.11 g;	Wartość energetyczna: 2456.41 kcal; Białko ogółem: 97.40 g; Tłuszcz: 78.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.00 g; Węglowodany ogółem: 354.62 g; W tym cukry: 132.06 g; Błonnik pok.: 29.30 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2687.05 kcal; Białko ogółem: 127.34 g; Tłuszcz: 101.71 g; Kw. tł. nasy.: 47.34 g; Węglowodany ogółem: 331.59 g; W tym cukry: 85.86 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 9.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-10 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mięso wołowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (***SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2630.62 kcal; Białko ogółem: 109.62 g; Tłuszcz: 92.37 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 355.22 g; W tym cukry: 79.19 g; Błonnik pok.: 32.76 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2418.64 kcal; Białko ogółem: 111.82 g; Tłuszcz: 77.64 g; Kw. tł. nasy.: 38.27 g; Węglowodany ogółem: 328.25 g; W tym cukry: 80.66 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2506.39 kcal; Białko ogółem: 112.71 g; Tłuszcz: 77.76 g; Kw. tł. nasy.: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 347.39 g; W tym cukry: 75.25 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2670.69 kcal; Białko ogółem: 119.10 g; Tłuszcz: 77.13 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 386.46 g; W tym cukry: 79.45 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2447.98 kcal; Białko ogółem: 123.40 g; Tłuszcz: 122.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 223.32 g; W tym cukry: 100.45 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2445.39 kcal; Białko ogółem: 106.89 g; Tłuszcz: 86.89 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 325.24 g; W tym cukry: 78.67 g; Błonnik pok.: 33.84 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2422.04 kcal; Białko ogółem: 105.56 g; Tłuszcz: 74.16 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 341.51 g; W tym cukry: 73.80 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2611.02 kcal; Białko ogółem: 82.98 g; Tłuszcz: 99.68 g; Kw. tł. nasy.: 45.60 g; Węglowodany ogółem: 360.23 g; W tym cukry: 84.08 g; Błonnik pok.: 33.51 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 1972.54 kcal; Białko ogółem: 74.70 g; Tłuszcz: 75.88 g; Kw. tł. nasy.: 31.56 g; Węglowodany ogółem: 253.75 g; W tym cukry: 52.65 g; Błonnik pok.: 18.60 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2565.89 kcal; Białko ogółem: 105.31 g; Tłuszcz: 88.76 g; Kw. tł. nasy.: 46.79 g; Węglowodany ogółem: 344.99 g; W tym cukry: 75.75 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2765.93 kcal; Białko ogółem: 112.39 g; Tłuszcz: 92.94 g; Kw. tł. nasy.: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 379.79 g; W tym cukry: 90.94 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 10.20 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-11 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Budyń z udźca kurczaka 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlet z jaj 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2433.31 kcal; Białko ogółem: 120.69 g; Tłuszcz: 106.17 g; Kw. tł. nasy.: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 258.46 g; W tym cukry: 54.97 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2343.27 kcal; Białko ogółem: 115.17 g; Tłuszcz: 88.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 276.82 g; W tym cukry: 63.97 g; Błonnik pok.: 19.67 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2293.37 kcal; Białko ogółem: 108.77 g; Tłuszcz: 85.24 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 279.00 g; W tym cukry: 66.10 g; Błonnik pok.: 19.98 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2490.32 kcal; Białko ogółem: 103.84 g; Tłuszcz: 70.64 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 367.70 g; W tym cukry: 87.64 g; Błonnik pok.: 23.38 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2410.28 kcal; Białko ogółem: 133.00 g; Tłuszcz: 106.86 g; Kw. tł. nasy.: 50.87 g; Węglowodany ogółem: 240.44 g; W tym cukry: 43.95 g; Błonnik pok.: 27.94 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2395.63 kcal; Białko ogółem: 123.72 g; Tłuszcz: 91.06 g; Kw. tł. nasy.: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 276.18 g; W tym cukry: 57.15 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2429.72 kcal; Białko ogółem: 71.18 g; Tłuszcz: 101.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 310.46 g; W tym cukry: 67.53 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2191.47 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 90.41 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 252.31 g; W tym cukry: 55.27 g; Błonnik pok.: 14.51 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2425.71 kcal; Białko ogółem: 118.95 g; Tłuszcz: 101.15 g; Kw. tł. nasy.: 47.31 g; Węglowodany ogółem: 267.72 g; W tym cukry: 64.05 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2565.18 kcal; Białko ogółem: 135.74 g; Tłuszcz: 106.78 g; Kw. tł. nasy.: 48.39 g; Węglowodany ogółem: 274.15 g; W tym cukry: 45.91 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 10.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-12 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2462.62 kcal; Białko ogółem: 90.97 g; Tłuszcz: 81.52 g; Kw. tł. nasy.: 42.24 g; Węglowodany ogółem: 349.98 g; W tym cukry: 75.36 g; Błonnik pok.: 28.07 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2358.50 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 346.21 g; W tym cukry: 72.35 g; Błonnik pok.: 19.24 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2401.28 kcal; Białko ogółem: 84.86 g; Tłuszcz: 70.71 g; Kw. tł. nasy.: 37.81 g; Węglowodany ogółem: 363.45 g; W tym cukry: 88.67 g; Błonnik pok.: 18.77 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 2453.47 kcal; Białko ogółem: 89.42 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kw. tł. nasy.: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 376.95 g; W tym cukry: 91.74 g; Błonnik pok.: 19.58 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 2463.35 kcal; Białko ogółem: 126.38 g; Tłuszcz: 124.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 218.06 g; W tym cukry: 101.67 g; Błonnik pok.: 18.09 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2372.93 kcal; Białko ogółem: 91.63 g; Tłuszcz: 79.79 g; Kw. tł. nasy.: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 334.28 g; W tym cukry: 72.53 g; Błonnik pok.: 33.30 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2417.48 kcal; Białko ogółem: 81.91 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 375.75 g; W tym cukry: 85.26 g; Błonnik pok.: 20.10 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2402.70 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 81.23 g; Kw. tł. nasy.: 44.85 g; Węglowodany ogółem: 343.87 g; W tym cukry: 68.78 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 1910.23 kcal; Białko ogółem: 52.18 g; Tłuszcz: 65.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 281.42 g; W tym cukry: 47.41 g; Błonnik pok.: 12.49 g; Sól: 2.95 g;	Wartość energetyczna: 2521.10 kcal; Białko ogółem: 74.62 g; Tłuszcz: 86.09 g; Kw. tł. nasy.: 46.14 g; Węglowodany ogółem: 371.07 g; W tym cukry: 91.78 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2809.57 kcal; Białko ogółem: 86.59 g; Tłuszcz: 92.95 g; Kw. tł. nasy.: 51.21 g; Węglowodany ogółem: 417.46 g; W tym cukry: 101.50 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 9.31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-13 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kalarepy i jabłka () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - wielowarzywna z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z kalarepy i jabłka () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz z soczewicy i papryki () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kalarepy i jabłka () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 200 ml (***MLE, ŚEL,***) Kasza jaglana na sypko 200 g Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml (***ŚEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (***RYB, SEL,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (***RYB, SEL,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2745.71 kcal; Białko ogółem: 116.51 g; Tłuszcz: 95.05 g; Kw. tł. nasy.: 38.35 g; Węglowodany ogółem: 370.79 g; W tym cukry: 62.35 g; Błonnik pok.: 35.86 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2375.35 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz: 69.69 g; Kw. tł. nasy.: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 351.97 g; W tym cukry: 69.68 g; Błonnik pok.: 32.58 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2440.36 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Tłuszcz: 70.21 g; Kw. tł. nasy.: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 367.86 g; W tym cukry: 69.34 g; Błonnik pok.: 34.85 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2669.14 kcal; Białko ogółem: 106.65 g; Tłuszcz: 69.90 g; Kw. tł. nasy.: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 419.95 g; W tym cukry: 73.53 g; Błonnik pok.: 38.44 g; Sól: 9.17 g;	Wartość energetyczna: 2313.35 kcal; Białko ogółem: 120.17 g; Tłuszcz: 113.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 208.70 g; W tym cukry: 91.86 g; Błonnik pok.: 19.70 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2494.03 kcal; Białko ogółem: 109.79 g; Tłuszcz: 82.35 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 345.40 g; W tym cukry: 65.85 g; Błonnik pok.: 39.26 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2479.46 kcal; Białko ogółem: 96.33 g; Tłuszcz: 69.07 g; Kw. tł. nasy.: 35.12 g; Węglowodany ogółem: 383.09 g; W tym cukry: 66.47 g; Błonnik pok.: 37.45 g; Sól: 11.40 g;	Wartość energetyczna: 2599.20 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 92.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.95 g; Węglowodany ogółem: 370.63 g; W tym cukry: 67.73 g; Błonnik pok.: 34.94 g; Sól: 5.15 g;	Wartość energetyczna: 1828.72 kcal; Białko ogółem: 63.94 g; Tłuszcz: 62.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 258.62 g; W tym cukry: 41.32 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 4.24 g;	Wartość energetyczna: 2572.95 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 77.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 382.79 g; W tym cukry: 66.35 g; Błonnik pok.: 40.12 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2939.22 kcal; Białko ogółem: 123.99 g; Tłuszcz: 86.06 g; Kw. tł. nasy.: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 435.40 g; W tym cukry: 73.68 g; Błonnik pok.: 43.52 g; Sól: 10.16 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-14 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemn () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g (***SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2676.27 kcal; Białko ogółem: 100.65 g; Tłuszcz: 94.48 g; Kw. tł. nasy.: 46.23 g; Węglowodany ogółem: 370.22 g; W tym cukry: 104.24 g; Błonnik pok.: 30.24 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2592.67 kcal; Białko ogółem: 98.55 g; Tłuszcz: 85.63 g; Kw. tł. nasy.: 42.69 g; Węglowodany ogółem: 368.94 g; W tym cukry: 99.08 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2607.85 kcal; Białko ogółem: 99.00 g; Tłuszcz: 85.81 g; Kw. tł. nasy.: 42.74 g; Węglowodany ogółem: 372.19 g; W tym cukry: 101.58 g; Błonnik pok.: 26.71 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2717.25 kcal; Białko ogółem: 105.94 g; Tłuszcz: 85.64 g; Kw. tł. nasy.: 42.33 g; Węglowodany ogółem: 394.13 g; W tym cukry: 105.85 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2455.87 kcal; Białko ogółem: 124.44 g; Tłuszcz: 120.87 g; Kw. tł. nasy.: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 225.18 g; W tym cukry: 102.31 g; Błonnik pok.: 15.93 g; Sól: 4.12 g;	Wartość energetyczna: 2542.98 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 86.25 g; Kw. tł. nasy.: 40.05 g; Węglowodany ogółem: 343.16 g; W tym cukry: 80.47 g; Błonnik pok.: 38.35 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2650.50 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz: 82.49 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 385.09 g; W tym cukry: 88.38 g; Błonnik pok.: 29.36 g; Sól: 9.63 g;	Wartość energetyczna: 2767.74 kcal; Białko ogółem: 96.07 g; Tłuszcz: 99.19 g; Kw. tł. nasy.: 51.31 g; Węglowodany ogółem: 386.49 g; W tym cukry: 108.93 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2133.04 kcal; Białko ogółem: 61.16 g; Tłuszcz: 80.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.67 g; Węglowodany ogółem: 299.08 g; W tym cukry: 73.72 g; Błonnik pok.: 20.40 g; Sól: 3.07 g;	Wartość energetyczna: 2804.85 kcal; Białko ogółem: 103.00 g; Tłuszcz: 110.81 g; Kw. tł. nasy.: 47.74 g; Węglowodany ogółem: 361.19 g; W tym cukry: 87.58 g; Błonnik pok.: 26.71 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 3187.50 kcal; Białko ogółem: 116.40 g; Tłuszcz: 117.89 g; Kw. tł. nasy.: 52.83 g; Węglowodany ogółem: 428.73 g; W tym cukry: 104.78 g; Błonnik pok.: 30.16 g; Sól: 11.32 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-15 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Selerowa z ryżem () 400 g (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka szwedzka () 100 g (***GOR,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (***MLE, SEL,***) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 350 g Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2465.46 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 86.51 g; Kw. tł. nasy.: 38.91 g; Węglowodany ogółem: 322.95 g; W tym cukry: 76.02 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 2340.40 kcal; Białko ogółem: 113.20 g; Tłuszcz: 80.00 g; Kw. tł. nasy.: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 294.95 g; W tym cukry: 71.03 g; Błonnik pok.: 19.44 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 2434.28 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 76.53 g; Kw. tł. nasy.: 37.02 g; Węglowodany ogółem: 340.89 g; W tym cukry: 84.83 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 2555.83 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 74.97 g; Kw. tł. nasy.: 36.46 g; Węglowodany ogółem: 368.57 g; W tym cukry: 86.04 g; Błonnik pok.: 24.01 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2448.61 kcal; Białko ogółem: 121.64 g; Tłuszcz: 114.10 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 238.52 g; W tym cukry: 90.26 g; Błonnik pok.: 17.78 g; Sól: 3.87 g;	Wartość energetyczna: 2396.43 kcal; Białko ogółem: 119.74 g; Tłuszcz: 91.48 g; Kw. tł. nasy.: 42.44 g; Węglowodany ogółem: 281.89 g; W tym cukry: 43.57 g; Błonnik pok.: 38.61 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 2458.05 kcal; Białko ogółem: 107.40 g; Tłuszcz: 80.70 g; Kw. tł. nasy.: 40.47 g; Węglowodany ogółem: 329.68 g; W tym cukry: 55.14 g; Błonnik pok.: 31.67 g; Sól: 8.60 g;	Wartość energetyczna: 2281.73 kcal; Białko ogółem: 72.44 g; Tłuszcz: 78.65 g; Kw. tł. nasy.: 40.33 g; Węglowodany ogółem: 321.78 g; W tym cukry: 84.24 g; Błonnik pok.: 37.06 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 1911.83 kcal; Białko ogółem: 79.88 g; Tłuszcz: 74.67 g; Kw. tł. nasy.: 32.93 g; Węglowodany ogółem: 228.60 g; W tym cukry: 46.12 g; Błonnik pok.: 13.37 g; Sól: 3.08 g;	Wartość energetyczna: 2488.25 kcal; Białko ogółem: 109.58 g; Tłuszcz: 90.77 g; Kw. tł. nasy.: 47.69 g; Węglowodany ogółem: 311.51 g; W tym cukry: 72.18 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 2826.47 kcal; Białko ogółem: 140.49 g; Tłuszcz: 103.16 g; Kw. tł. nasy.: 52.79 g; Węglowodany ogółem: 339.03 g; W tym cukry: 50.65 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 9.92 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-16 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Miód (25g) 2 szt Nektarynka 120 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Nektarynka 120 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)					Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2650.33 kcal; Białko ogółem: 99.83 g; Tłuszcz: 96.07 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 355.86 g; W tym cukry: 83.50 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 5.54 g;	Wartość energetyczna: 2491.70 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 79.93 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 355.72 g; W tym cukry: 91.16 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2487.83 kcal; Białko ogółem: 100.82 g; Tłuszcz: 76.51 g; Kw. tł. nasy.: 37.43 g; Węglowodany ogółem: 359.40 g; W tym cukry: 94.08 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2668.79 kcal; Białko ogółem: 104.80 g; Tłuszcz: 76.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.38 g; Węglowodany ogółem: 402.20 g; W tym cukry: 99.58 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2563.99 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 123.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2321.73 kcal; Białko ogółem: 119.83 g; Tłuszcz: 83.56 g; Kw. tł. nasy.: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 289.81 g; W tym cukry: 71.93 g; Błonnik pok.: 33.48 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2502.22 kcal; Białko ogółem: 115.26 g; Tłuszcz: 76.69 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 351.47 g; W tym cukry: 93.51 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2558.71 kcal; Białko ogółem: 81.37 g; Tłuszcz: 79.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 389.50 g; W tym cukry: 87.89 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 2002.28 kcal; Białko ogółem: 61.15 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 285.17 g; W tym cukry: 62.81 g; Błonnik pok.: 18.41 g; Sól: 2.63 g;	Wartość energetyczna: 2486.47 kcal; Białko ogółem: 97.81 g; Tłuszcz: 80.11 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 354.01 g; W tym cukry: 94.27 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2822.06 kcal; Białko ogółem: 128.53 g; Tłuszcz: 88.00 g; Kw. tł. nasy.: 43.72 g; Węglowodany ogółem: 393.13 g; W tym cukry: 110.16 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sól: 9.37 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-17 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2760.41 kcal; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz: 99.88 g; Kw. tł. nasy.: 42.58 g; Węglowodany ogółem: 365.84 g; W tym cukry: 91.62 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 11.75 g;	Wartość energetyczna: 2501.60 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 77.93 g; Kw. tł. nasy.: 34.91 g; Węglowodany ogółem: 362.80 g; W tym cukry: 87.42 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2529.23 kcal; Białko ogółem: 98.99 g; Tłuszcz: 67.61 g; Kw. tł. nasy.: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 389.71 g; W tym cukry: 114.51 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 2673.24 kcal; Białko ogółem: 106.08 g; Tłuszcz: 73.83 g; Kw. tł. nasy.: 37.47 g; Węglowodany ogółem: 409.50 g; W tym cukry: 110.25 g; Błonnik pok.: 30.21 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 2462.59 kcal; Białko ogółem: 125.67 g; Tłuszcz: 122.18 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 225.04 g; W tym cukry: 103.77 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 5.02 g;	Wartość energetyczna: 2442.92 kcal; Białko ogółem: 110.65 g; Tłuszcz: 86.78 g; Kw. tł. nasy.: 37.84 g; Węglowodany ogółem: 319.36 g; W tym cukry: 67.44 g; Błonnik pok.: 34.01 g; Sól: 9.58 g;	Wartość energetyczna: 2518.79 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz: 70.60 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 373.17 g; W tym cukry: 81.20 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 11.47 g;	Wartość energetyczna: 2548.14 kcal; Białko ogółem: 102.08 g; Tłuszcz: 80.74 g; Kw. tł. nasy.: 39.91 g; Węglowodany ogółem: 358.61 g; W tym cukry: 86.87 g; Błonnik pok.: 36.87 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2072.21 kcal; Białko ogółem: 64.78 g; Tłuszcz: 73.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 291.93 g; W tym cukry: 60.47 g; Błonnik pok.: 16.36 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 2569.43 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 79.59 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 374.83 g; W tym cukry: 114.80 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2876.65 kcal; Białko ogółem: 126.87 g; Tłuszcz: 92.42 g; Kw. tł. nasy.: 46.67 g; Węglowodany ogółem: 394.67 g; W tym cukry: 93.27 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sól: 12.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-18 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Mizeria 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () b/c 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mięso (schab) mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () b/c 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mizeria 100 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () b/c 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Mizeria 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***)
		Wartość energetyczna: 2206.47 kcal; Białko ogółem: 88.94 g; Tłuszcz: 84.42 g; Kw. tł. nasy.: 41.38 g; Węglowodany ogółem: 280.92 g; W tym cukry: 59.57 g; Błonnik pok.: 20.94 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 1930.48 kcal; Białko ogółem: 99.18 g; Tłuszcz: 56.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 259.08 g; W tym cukry: 52.56 g; Błonnik pok.: 15.26 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2061.06 kcal; Białko ogółem: 97.40 g; Tłuszcz: 59.73 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 293.49 g; W tym cukry: 63.46 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2549.42 kcal; Białko ogółem: 111.21 g; Tłuszcz: 75.27 g; Kw. tł. nasy.: 33.89 g; Węglowodany ogółem: 367.98 g; W tym cukry: 83.43 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2465.95 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 114.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 240.94 g; W tym cukry: 91.79 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2160.50 kcal; Białko ogółem: 119.25 g; Tłuszcz: 77.18 g; Kw. tł. nasy.: 45.35 g; Węglowodany ogółem: 257.66 g; W tym cukry: 34.60 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2259.41 kcal; Białko ogółem: 112.72 g; Tłuszcz: 66.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 313.20 g; W tym cukry: 40.33 g; Błonnik pok.: 31.68 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2108.22 kcal; Białko ogółem: 72.63 g; Tłuszcz: 81.19 g; Kw. tł. nasy.: 40.91 g; Węglowodany ogółem: 281.86 g; W tym cukry: 58.89 g; Błonnik pok.: 17.22 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 1755.74 kcal; Białko ogółem: 77.72 g; Tłuszcz: 57.62 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 228.73 g; W tym cukry: 43.76 g; Błonnik pok.: 10.02 g; Sól: 3.10 g;	Wartość energetyczna: 2091.93 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 68.96 g; Kw. tł. nasy.: 40.02 g; Węglowodany ogółem: 273.58 g; W tym cukry: 52.35 g; Błonnik pok.: 17.42 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2328.28 kcal; Białko ogółem: 113.35 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kw. tł. nasy.: 47.13 g; Węglowodany ogółem: 297.29 g; W tym cukry: 30.42 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 10.25 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-19 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z pora i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z pora i jabłka () 100 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z pora i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g (***SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Kolacja	Roszponka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszponka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Roszponka 10 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Roszponka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszponka 10 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2282.92 kcal; Białko ogółem: 88.28 g; Tłuszcz: 71.17 g; Kw. tł. nasy.: 36.30 g; Węglowodany ogółem: 334.90 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 34.08 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2222.29 kcal; Białko ogółem: 83.22 g; Tłuszcz: 72.67 g; Kw. tł. nasy.: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 320.52 g; W tym cukry: 90.01 g; Błonnik pok.: 31.58 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2332.14 kcal; Białko ogółem: 96.09 g; Tłuszcz: 74.27 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 331.67 g; W tym cukry: 98.02 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2441.54 kcal; Białko ogółem: 103.03 g; Tłuszcz: 74.10 g; Kw. tł. nasy.: 35.60 g; Węglowodany ogółem: 353.61 g; W tym cukry: 102.29 g; Błonnik pok.: 31.95 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 2520.86 kcal; Białko ogółem: 127.89 g; Tłuszcz: 117.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.48 g; W tym cukry: 96.98 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2194.15 kcal; Białko ogółem: 88.54 g; Tłuszcz: 70.82 g; Kw. tł. nasy.: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 316.52 g; W tym cukry: 75.94 g; Błonnik pok.: 39.54 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2343.75 kcal; Białko ogółem: 94.52 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 36.28 g; Węglowodany ogółem: 339.90 g; W tym cukry: 86.54 g; Błonnik pok.: 31.19 g; Sól: 10.35 g;	Wartość energetyczna: 2370.57 kcal; Białko ogółem: 90.11 g; Tłuszcz: 81.86 g; Kw. tł. nasy.: 44.90 g; Węglowodany ogółem: 330.77 g; W tym cukry: 85.43 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 1746.64 kcal; Białko ogółem: 49.42 g; Tłuszcz: 65.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 244.69 g; W tym cukry: 64.79 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2362.75 kcal; Białko ogółem: 80.58 g; Tłuszcz: 84.00 g; Kw. tł. nasy.: 42.20 g; Węglowodany ogółem: 335.23 g; W tym cukry: 100.71 g; Błonnik pok.: 33.98 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2693.25 kcal; Białko ogółem: 101.93 g; Tłuszcz: 92.28 g; Kw. tł. nasy.: 44.89 g; Węglowodany ogółem: 379.34 g; W tym cukry: 99.57 g; Błonnik pok.: 37.39 g; Sól: 12.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-20 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso wieprzowe (szynka) mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z warzywami i serem żółtym* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Dynia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)					Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2692.69 kcal; Białko ogółem: 123.87 g; Tłuszcz: 90.08 g; Kw. tł. nasy.: 41.95 g; Węglowodany ogółem: 352.14 g; W tym cukry: 66.56 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2640.17 kcal; Białko ogółem: 117.67 g; Tłuszcz: 80.27 g; Kw. tł. nasy.: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 366.29 g; W tym cukry: 72.85 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2708.45 kcal; Białko ogółem: 117.52 g; Tłuszcz: 80.46 g; Kw. tł. nasy.: 39.55 g; Węglowodany ogółem: 380.71 g; W tym cukry: 85.81 g; Błonnik pok.: 21.08 g; Sól: 9.01 g;	Wartość energetyczna: 3061.39 kcal; Białko ogółem: 127.78 g; Tłuszcz: 90.49 g; Kw. tł. nasy.: 39.88 g; Węglowodany ogółem: 438.72 g; W tym cukry: 90.02 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2479.59 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 122.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 226.61 g; W tym cukry: 108.41 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2358.57 kcal; Białko ogółem: 122.08 g; Tłuszcz: 80.04 g; Kw. tł. nasy.: 41.04 g; Węglowodany ogółem: 295.58 g; W tym cukry: 61.71 g; Błonnik pok.: 32.72 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2544.76 kcal; Białko ogółem: 115.93 g; Tłuszcz: 78.60 g; Kw. tł. nasy.: 41.00 g; Węglowodany ogółem: 347.60 g; W tym cukry: 78.44 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 10.32 g;	Wartość energetyczna: 2692.91 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 102.16 g; Kw. tł. nasy.: 52.27 g; Węglowodany ogółem: 364.84 g; W tym cukry: 67.52 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 5.14 g;	Wartość energetyczna: 1967.56 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 258.25 g; W tym cukry: 47.42 g; Błonnik pok.: 15.30 g; Sól: 4.57 g;	Wartość energetyczna: 2805.95 kcal; Białko ogółem: 121.47 g; Tłuszcz: 88.08 g; Kw. tł. nasy.: 41.82 g; Węglowodany ogółem: 383.56 g; W tym cukry: 86.09 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2952.00 kcal; Białko ogółem: 134.39 g; Tłuszcz: 93.51 g; Kw. tł. nasy.: 47.30 g; Węglowodany ogółem: 397.51 g; W tym cukry: 96.68 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 10.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-21 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Mizeria 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw () 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2830.04 kcal; Białko ogółem: 110.98 g; Tłuszcz: 101.37 g; Kw. tł. nasy.: 44.45 g; Węglowodany ogółem: 385.25 g; W tym cukry: 98.84 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2254.76 kcal; Białko ogółem: 95.64 g; Tłuszcz: 63.55 g; Kw. tł. nasy.: 32.70 g; Węglowodany ogółem: 337.22 g; W tym cukry: 97.98 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2249.54 kcal; Białko ogółem: 97.70 g; Tłuszcz: 63.07 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 332.34 g; W tym cukry: 85.62 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 7.90 g;	Wartość energetyczna: 2380.89 kcal; Białko ogółem: 103.58 g; Tłuszcz: 62.70 g; Kw. tł. nasy.: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 361.06 g; W tym cukry: 89.21 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2534.91 kcal; Białko ogółem: 124.85 g; Tłuszcz: 120.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 110.92 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2372.99 kcal; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 79.87 g; Kw. tł. nasy.: 43.17 g; Węglowodany ogółem: 328.54 g; W tym cukry: 78.67 g; Błonnik pok.: 35.10 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2203.67 kcal; Białko ogółem: 91.84 g; Tłuszcz: 59.20 g; Kw. tł. nasy.: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 336.64 g; W tym cukry: 81.76 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 9.02 g;	Wartość energetyczna: 2516.29 kcal; Białko ogółem: 94.51 g; Tłuszcz: 83.89 g; Kw. tł. nasy.: 41.56 g; Węglowodany ogółem: 363.33 g; W tym cukry: 108.70 g; Błonnik pok.: 34.87 g; Sól: 5.49 g;	Wartość energetyczna: 1832.31 kcal; Białko ogółem: 65.47 g; Tłuszcz: 59.27 g; Kw. tł. nasy.: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 265.54 g; W tym cukry: 73.18 g; Błonnik pok.: 16.90 g; Sól: 3.66 g;	Wartość energetyczna: 2249.54 kcal; Białko ogółem: 97.70 g; Tłuszcz: 63.07 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 332.34 g; W tym cukry: 85.62 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 7.90 g;	Wartość energetyczna: 2497.88 kcal; Białko ogółem: 106.76 g; Tłuszcz: 68.08 g; Kw. tł. nasy.: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 376.23 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 9.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-22 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Jabłko pieczone 150 g				Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z cukini z kiełbasą 200 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko 200 g Leczo wegetariańskie 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2693.91 kcal; Białko ogółem: 90.62 g; Tłuszcz: 103.11 g; Kw. tł. nasy.: 40.79 g; Węglowodany ogółem: 359.05 g; W tym cukry: 82.09 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sól: 6.99 g;	Wartość energetyczna: 2384.52 kcal; Białko ogółem: 98.03 g; Tłuszcz: 66.65 g; Kw. tł. nasy.: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 357.10 g; W tym cukry: 76.67 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2427.30 kcal; Białko ogółem: 98.05 g; Tłuszcz: 66.49 g; Kw. tł. nasy.: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 366.59 g; W tym cukry: 86.52 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2536.70 kcal; Białko ogółem: 104.99 g; Tłuszcz: 66.32 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 388.53 g; W tym cukry: 90.79 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 2505.34 kcal; Białko ogółem: 126.18 g; Tłuszcz: 117.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 109.30 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2170.19 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 71.70 g; Kw. tł. nasy.: 32.93 g; Węglowodany ogółem: 301.95 g; W tym cukry: 45.51 g; Błonnik pok.: 36.41 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2324.21 kcal; Białko ogółem: 82.48 g; Tłuszcz: 69.71 g; Kw. tł. nasy.: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 354.36 g; W tym cukry: 74.87 g; Błonnik pok.: 36.03 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2791.21 kcal; Białko ogółem: 81.80 g; Tłuszcz: 113.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 366.06 g; W tym cukry: 82.54 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 1906.54 kcal; Białko ogółem: 62.47 g; Tłuszcz: 60.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 281.67 g; W tym cukry: 51.65 g; Błonnik pok.: 17.95 g; Sól: 3.08 g;	Wartość energetyczna: 2447.32 kcal; Białko ogółem: 88.09 g; Tłuszcz: 75.83 g; Kw. tł. nasy.: 40.66 g; Węglowodany ogółem: 360.49 g; W tym cukry: 84.17 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2539.09 kcal; Białko ogółem: 92.28 g; Tłuszcz: 77.15 g; Kw. tł. nasy.: 41.73 g; Węglowodany ogółem: 376.82 g; W tym cukry: 66.02 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 9.65 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-23 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Śliwka 180 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Śliwka 180 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ,JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2542.85 kcal; Białko ogółem: 106.18 g; Tłuszcz: 89.36 g; Kw. tł. nasy.: 38.91 g; Węglowodany ogółem: 340.15 g; W tym cukry: 85.43 g; Błonnik pok.: 26.99 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2344.84 kcal; Białko ogółem: 103.69 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 38.02 g; Węglowodany ogółem: 314.43 g; W tym cukry: 76.61 g; Błonnik pok.: 21.79 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2346.81 kcal; Białko ogółem: 107.81 g; Tłuszcz: 75.63 g; Kw. tł. nasy.: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 318.64 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 8.56 g;	Wartość energetyczna: 2505.75 kcal; Białko ogółem: 109.24 g; Tłuszcz: 75.23 g; Kw. tł. nasy.: 36.71 g; Węglowodany ogółem: 358.86 g; W tym cukry: 83.25 g; Błonnik pok.: 23.89 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2602.65 kcal; Białko ogółem: 131.00 g; Tłuszcz: 124.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 249.78 g; W tym cukry: 108.95 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 2237.20 kcal; Białko ogółem: 111.37 g; Tłuszcz: 89.58 g; Kw. tł. nasy.: 47.13 g; Węglowodany ogółem: 261.22 g; W tym cukry: 62.42 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2282.97 kcal; Białko ogółem: 114.94 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tł. nasy.: 38.06 g; Węglowodany ogółem: 292.82 g; W tym cukry: 67.80 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 9.43 g;	Wartość energetyczna: 2675.92 kcal; Białko ogółem: 94.52 g; Tłuszcz: 97.13 g; Kw. tł. nasy.: 40.77 g; Węglowodany ogółem: 368.09 g; W tym cukry: 92.26 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 1898.88 kcal; Białko ogółem: 68.24 g; Tłuszcz: 72.86 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 246.03 g; W tym cukry: 49.96 g; Błonnik pok.: 13.59 g; Sól: 2.41 g;	Wartość energetyczna: 2360.02 kcal; Białko ogółem: 104.14 g; Tłuszcz: 79.10 g; Kw. tł. nasy.: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 317.68 g; W tym cukry: 79.11 g; Błonnik pok.: 22.57 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2715.26 kcal; Białko ogółem: 133.49 g; Tłuszcz: 102.05 g; Kw. tł. nasy.: 51.37 g; Węglowodany ogółem: 327.67 g; W tym cukry: 79.31 g; Błonnik pok.: 25.00 g; Sól: 9.69 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-24 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Musztarda 20 g (***GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z warzywami i soczewicą wegetariańskie () 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 200 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2868.35 kcal; Białko ogółem: 117.40 g; Tłuszcz: 105.81 g; Kw. tł. nasy.: 42.85 g; Węglowodany ogółem: 375.48 g; W tym cukry: 80.55 g; Błonnik pok.: 35.02 g; Sól: 10.40 g;	Wartość energetyczna: 2519.27 kcal; Białko ogółem: 98.47 g; Tłuszcz: 85.12 g; Kw. tł. nasy.: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 353.04 g; W tym cukry: 84.77 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2493.35 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 74.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 368.99 g; W tym cukry: 106.27 g; Błonnik pok.: 30.75 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2637.63 kcal; Białko ogółem: 102.68 g; Tłuszcz: 74.83 g; Kw. tł. nasy.: 33.81 g; Węglowodany ogółem: 402.06 g; W tym cukry: 109.36 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2497.92 kcal; Białko ogółem: 122.44 g; Tłuszcz: 116.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 249.98 g; W tym cukry: 110.62 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2372.43 kcal; Białko ogółem: 111.72 g; Tłuszcz: 82.93 g; Kw. tł. nasy.: 36.41 g; Węglowodany ogółem: 312.26 g; W tym cukry: 61.28 g; Błonnik pok.: 36.98 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 2477.44 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; Tłuszcz: 85.12 g; Kw. tł. nasy.: 36.66 g; Węglowodany ogółem: 339.20 g; W tym cukry: 69.48 g; Błonnik pok.: 34.40 g; Sól: 9.29 g;	Wartość energetyczna: 2527.66 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 83.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 374.40 g; W tym cukry: 84.63 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2193.24 kcal; Białko ogółem: 74.76 g; Tłuszcz: 80.09 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 300.31 g; W tym cukry: 60.37 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2637.33 kcal; Białko ogółem: 106.90 g; Tłuszcz: 84.35 g; Kw. tł. nasy.: 36.50 g; Węglowodany ogółem: 374.36 g; W tym cukry: 106.28 g; Błonnik pok.: 31.03 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2806.81 kcal; Białko ogółem: 117.79 g; Tłuszcz: 87.89 g; Kw. tł. nasy.: 39.54 g; Węglowodany ogółem: 400.35 g; W tym cukry: 98.07 g; Błonnik pok.: 38.82 g; Sól: 8.31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-25 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Salami kiełbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewajaca, wędzona. 50 g (***SOJ, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (***SOJ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2306.65 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 93.83 g; Kw. tł. nasy.: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 268.73 g; W tym cukry: 66.85 g; Błonnik pok.: 24.30 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2074.01 kcal; Białko ogółem: 105.61 g; Tłuszcz: 75.51 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 251.94 g; W tym cukry: 56.29 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 1961.88 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz: 58.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 282.96 g; W tym cukry: 60.79 g; Błonnik pok.: 25.65 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2409.97 kcal; Białko ogółem: 112.83 g; Tłuszcz: 69.98 g; Kw. tł. nasy.: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 343.85 g; W tym cukry: 81.46 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2553.15 kcal; Białko ogółem: 126.73 g; Tłuszcz: 120.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 109.32 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2251.75 kcal; Białko ogółem: 119.37 g; Tłuszcz: 82.72 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 269.35 g; W tym cukry: 66.12 g; Błonnik pok.: 29.27 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2149.35 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kw. tł. nasy.: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 314.81 g; W tym cukry: 65.93 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2065.68 kcal; Białko ogółem: 87.58 g; Tłuszcz: 70.76 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 274.80 g; W tym cukry: 66.48 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 1919.97 kcal; Białko ogółem: 84.10 g; Tłuszcz: 76.30 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 226.25 g; W tym cukry: 47.63 g; Błonnik pok.: 14.77 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2163.42 kcal; Białko ogółem: 94.51 g; Tłuszcz: 84.48 g; Kw. tł. nasy.: 42.62 g; Węglowodany ogółem: 263.87 g; W tym cukry: 53.18 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2385.39 kcal; Białko ogółem: 111.36 g; Tłuszcz: 90.11 g; Kw. tł. nasy.: 43.69 g; Węglowodany ogółem: 290.91 g; W tym cukry: 52.02 g; Błonnik pok.: 24.27 g; Sól: 9.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-26 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)										Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Rukola 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2483.09 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Tłuszcz: 81.14 g; Kw. tł. nasy.: 47.06 g; Węglowodany ogółem: 359.22 g; W tym cukry: 74.38 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2354.42 kcal; Białko ogółem: 85.27 g; Tłuszcz: 67.20 g; Kw. tł. nasy.: 36.84 g; Węglowodany ogółem: 360.13 g; W tym cukry: 74.58 g; Błonnik pok.: 19.26 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2398.71 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 67.14 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 369.19 g; W tym cukry: 84.07 g; Błonnik pok.: 20.29 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2443.85 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.38 g; Węglowodany ogółem: 377.47 g; W tym cukry: 88.34 g; Błonnik pok.: 21.51 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2571.78 kcal; Białko ogółem: 131.17 g; Tłuszcz: 123.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 110.22 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 2162.95 kcal; Białko ogółem: 84.10 g; Tłuszcz: 78.85 g; Kw. tł. nasy.: 46.40 g; Węglowodany ogółem: 291.34 g; W tym cukry: 46.17 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2175.31 kcal; Białko ogółem: 79.48 g; Tłuszcz: 64.64 g; Kw. tł. nasy.: 36.23 g; Węglowodany ogółem: 326.66 g; W tym cukry: 55.38 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 8.34 g;	Wartość energetyczna: 2467.33 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz: 83.07 g; Kw. tł. nasy.: 47.86 g; Węglowodany ogółem: 357.61 g; W tym cukry: 73.27 g; Błonnik pok.: 18.55 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 1929.22 kcal; Białko ogółem: 52.20 g; Tłuszcz: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 293.97 g; W tym cukry: 49.64 g; Błonnik pok.: 13.75 g; Sól: 2.38 g;	Wartość energetyczna: 2541.10 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kw. tł. nasy.: 45.94 g; Węglowodany ogółem: 386.05 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2538.84 kcal; Białko ogółem: 88.77 g; Tłuszcz: 82.33 g; Kw. tł. nasy.: 49.35 g; Węglowodany ogółem: 370.56 g; W tym cukry: 67.49 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 9.56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-27 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mięso drobiowe (filet z kurczaka) mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (bez glutenu) 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2200.33 kcal; Białko ogółem: 104.18 g; Tłuszcz: 69.59 g; Kw. tł. nasy.: 33.67 g; Węglowodany ogółem: 301.70 g; W tym cukry: 61.47 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2167.71 kcal; Białko ogółem: 99.58 g; Tłuszcz: 67.64 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 302.22 g; W tym cukry: 66.66 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2380.49 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 75.69 g; Kw. tł. nasy.: 37.46 g; Węglowodany ogółem: 328.18 g; W tym cukry: 75.77 g; Błonnik pok.: 32.47 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2595.76 kcal; Białko ogółem: 114.46 g; Tłuszcz: 83.21 g; Kw. tł. nasy.: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 358.71 g; W tym cukry: 79.37 g; Błonnik pok.: 33.30 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2513.58 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 118.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; W tym cukry: 96.00 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2009.43 kcal; Białko ogółem: 100.55 g; Tłuszcz: 64.71 g; Kw. tł. nasy.: 32.21 g; Węglowodany ogółem: 271.36 g; W tym cukry: 53.08 g; Błonnik pok.: 34.58 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2283.57 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 71.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 319.35 g; W tym cukry: 64.27 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2409.15 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; Tłuszcz: 96.59 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 318.41 g; W tym cukry: 77.97 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 1711.35 kcal; Białko ogółem: 63.51 g; Tłuszcz: 61.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 232.84 g; W tym cukry: 41.32 g; Błonnik pok.: 21.03 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2259.99 kcal; Białko ogółem: 100.47 g; Tłuszcz: 67.79 g; Kw. tł. nasy.: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 322.48 g; W tym cukry: 75.77 g; Błonnik pok.: 32.47 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 2481.96 kcal; Białko ogółem: 117.31 g; Tłuszcz: 73.42 g; Kw. tł. nasy.: 34.53 g; Węglowodany ogółem: 349.53 g; W tym cukry: 74.61 g; Błonnik pok.: 34.89 g; Sól: 8.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-28 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzycą () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2813.90 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 112.54 g; Kw. tł. nasy.: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 361.33 g; W tym cukry: 77.58 g; Błonnik pok.: 35.03 g; Sól: 10.33 g;	Wartość energetyczna: 2547.81 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw. tł. nasy.: 40.09 g; Węglowodany ogółem: 345.47 g; W tym cukry: 68.02 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2636.79 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 91.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 356.69 g; W tym cukry: 74.23 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2746.19 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 91.31 g; Kw. tł. nasy.: 40.05 g; Węglowodany ogółem: 378.63 g; W tym cukry: 78.50 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2581.86 kcal; Białko ogółem: 132.29 g; Tłuszcz: 126.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 239.69 g; W tym cukry: 105.92 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 2592.70 kcal; Białko ogółem: 108.58 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 70.80 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2622.83 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 87.00 g; Kw. tł. nasy.: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 369.55 g; W tym cukry: 74.81 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 2537.19 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 358.58 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2126.86 kcal; Białko ogółem: 75.37 g; Tłuszcz: 86.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 263.80 g; W tym cukry: 42.44 g; Błonnik pok.: 13.33 g; Sól: 3.17 g;	Wartość energetyczna: 2742.84 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 110.68 g; Kw. tł. nasy.: 50.42 g; Węglowodany ogółem: 346.66 g; W tym cukry: 78.30 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 9.81 g;	Wartość energetyczna: 3015.11 kcal; Białko ogółem: 109.75 g; Tłuszcz: 115.08 g; Kw. tł. nasy.: 53.88 g; Węglowodany ogółem: 397.11 g; W tym cukry: 95.49 g; Błonnik pok.: 32.89 g; Sól: 11.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-29 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Frittata z jajkiem 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)										Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)
		Wartość energetyczna: 2657.93 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 94.48 g; Kw. tł. nasy.: 46.26 g; Węglowodany ogółem: 346.35 g; W tym cukry: 68.25 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 2423.68 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 75.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 326.92 g; W tym cukry: 68.14 g; Błonnik pok.: 16.30 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2467.30 kcal; Białko ogółem: 111.67 g; Tłuszcz: 74.73 g; Kw. tł. nasy.: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 344.95 g; W tym cukry: 72.29 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2757.50 kcal; Białko ogółem: 124.22 g; Tłuszcz: 76.78 g; Kw. tł. nasy.: 37.05 g; Węglowodany ogółem: 402.96 g; W tym cukry: 76.50 g; Błonnik pok.: 27.26 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2414.62 kcal; Białko ogółem: 120.99 g; Tłuszcz: 115.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 230.60 g; W tym cukry: 109.64 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 4.20 g;	Wartość energetyczna: 2600.94 kcal; Białko ogółem: 118.27 g; Tłuszcz: 87.31 g; Kw. tł. nasy.: 37.15 g; Węglowodany ogółem: 344.54 g; W tym cukry: 63.98 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2461.62 kcal; Białko ogółem: 106.26 g; Tłuszcz: 72.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.52 g; Węglowodany ogółem: 355.55 g; W tym cukry: 73.12 g; Błonnik pok.: 25.18 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 2271.41 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 87.49 g; Kw. tł. nasy.: 46.63 g; Węglowodany ogółem: 298.37 g; W tym cukry: 68.82 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 1956.33 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz: 69.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 257.05 g; W tym cukry: 42.72 g; Błonnik pok.: 10.69 g; Sól: 2.78 g;	Wartość energetyczna: 2711.57 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Tłuszcz: 102.41 g; Kw. tł. nasy.: 43.82 g; Węglowodany ogółem: 342.96 g; W tym cukry: 64.38 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 3120.04 kcal; Białko ogółem: 123.17 g; Tłuszcz: 106.57 g; Kw. tł. nasy.: 47.28 g; Węglowodany ogółem: 421.62 g; W tym cukry: 68.37 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 10.07 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-30 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowcowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik () RYD 700 g (***JAJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlet jaglany z serem top i pietruszką 100 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2573.60 kcal; Białko ogółem: 94.33 g; Tłuszcz: 89.04 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 359.00 g; W tym cukry: 97.83 g; Błonnik pok.: 31.03 g; Sól: 5.25 g;	Wartość energetyczna: 2371.22 kcal; Białko ogółem: 91.62 g; Tłuszcz: 72.71 g; Kw. tł. nasy.: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 345.16 g; W tym cukry: 76.90 g; Błonnik pok.: 27.96 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2382.77 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Tłuszcz: 68.40 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 351.71 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2566.63 kcal; Białko ogółem: 100.04 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 393.49 g; W tym cukry: 89.06 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2533.67 kcal; Białko ogółem: 129.19 g; Tłuszcz: 118.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.69 g; W tym cukry: 95.93 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2091.71 kcal; Białko ogółem: 105.42 g; Tłuszcz: 72.09 g; Kw. tł. nasy.: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 268.45 g; W tym cukry: 53.01 g; Błonnik pok.: 33.08 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2219.14 kcal; Białko ogółem: 103.37 g; Tłuszcz: 64.66 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 314.80 g; W tym cukry: 73.49 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2530.31 kcal; Białko ogółem: 68.06 g; Tłuszcz: 90.43 g; Kw. tł. nasy.: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 370.60 g; W tym cukry: 97.81 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 5.13 g;	Wartość energetyczna: 1910.58 kcal; Białko ogółem: 57.53 g; Tłuszcz: 64.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 276.90 g; W tym cukry: 52.41 g; Błonnik pok.: 21.38 g; Sól: 2.49 g;	Wartość energetyczna: 2402.39 kcal; Białko ogółem: 91.86 g; Tłuszcz: 72.49 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 351.41 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2595.97 kcal; Białko ogółem: 115.71 g; Tłuszcz: 80.46 g; Kw. tł. nasy.: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 361.66 g; W tym cukry: 93.04 g; Błonnik pok.: 31.70 g; Sól: 7.52 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-08-31 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane-drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2674.45 kcal; Białko ogółem: 104.28 g; Tłuszcz: 100.30 g; Kw. tł. nasy.: 50.00 g; Węglowodany ogółem: 347.33 g; W tym cukry: 67.16 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2563.25 kcal; Białko ogółem: 103.38 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 371.01 g; W tym cukry: 79.06 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2609.13 kcal; Białko ogółem: 104.02 g; Tłuszcz: 78.89 g; Kw. tł. nasy.: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 380.43 g; W tym cukry: 88.82 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2762.31 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 78.12 g; Kw. tł. nasy.: 38.05 g; Węglowodany ogółem: 416.62 g; W tym cukry: 92.73 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2475.68 kcal; Białko ogółem: 127.87 g; Tłuszcz: 125.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 220.42 g; W tym cukry: 106.01 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 2505.48 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Tłuszcz: 90.52 g; Kw. tł. nasy.: 46.81 g; Węglowodany ogółem: 337.53 g; W tym cukry: 71.19 g; Błonnik pok.: 35.36 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2487.66 kcal; Białko ogółem: 96.52 g; Tłuszcz: 74.56 g; Kw. tł. nasy.: 37.66 g; Węglowodany ogółem: 368.82 g; W tym cukry: 84.68 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 9.80 g;	Wartość energetyczna: 2730.42 kcal; Białko ogółem: 96.83 g; Tłuszcz: 91.84 g; Kw. tł. nasy.: 46.59 g; Węglowodany ogółem: 395.74 g; W tym cukry: 74.29 g; Błonnik pok.: 40.65 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2195.05 kcal; Białko ogółem: 69.86 g; Tłuszcz: 84.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 291.26 g; W tym cukry: 49.61 g; Błonnik pok.: 16.06 g; Sól: 4.28 g;	Wartość energetyczna: 2830.11 kcal; Białko ogółem: 109.37 g; Tłuszcz: 99.30 g; Kw. tł. nasy.: 50.06 g; Węglowodany ogółem: 384.32 g; W tym cukry: 88.83 g; Białko pok.: 24.94 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2994.87 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 103.85 g; Kw. tł. nasy.: 53.48 g; Węglowodany ogółem: 410.31 g; W tym cukry: 101.31 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 10.41 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-01 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Mizeria 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mięso wieprzowe (schab) mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mizeria 100 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw z jajkiem() 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Mizeria 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2185.35 kcal; Białko ogółem: 85.16 g; Tłuszcz: 75.74 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 299.56 g; W tym cukry: 70.08 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2120.51 kcal; Białko ogółem: 92.66 g; Tłuszcz: 69.06 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 293.89 g; W tym cukry: 78.03 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2135.69 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 69.24 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 297.14 g; W tym cukry: 80.53 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2650.05 kcal; Białko ogółem: 113.69 g; Tłuszcz: 85.56 g; Kw. tł. nasy.: 38.38 g; Węglowodany ogółem: 370.20 g; W tym cukry: 100.77 g; Błonnik pok.: 34.06 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2512.95 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 117.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 244.26 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2079.85 kcal; Białko ogółem: 113.54 g; Tłuszcz: 66.64 g; Kw. tł. nasy.: 34.04 g; Węglowodany ogółem: 269.82 g; W tym cukry: 55.80 g; Błonnik pok.: 33.95 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2266.16 kcal; Białko ogółem: 107.54 g; Tłuszcz: 70.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 313.09 g; W tym cukry: 73.57 g; Błonnik pok.: 33.58 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2292.56 kcal; Białko ogółem: 66.18 g; Tłuszcz: 98.14 g; Kw. tł. nasy.: 42.28 g; Węglowodany ogółem: 292.56 g; W tym cukry: 74.63 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 1956.65 kcal; Białko ogółem: 71.31 g; Tłuszcz: 70.34 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 266.71 g; W tym cukry: 69.30 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2135.69 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 69.24 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 297.14 g; W tym cukry: 80.53 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2304.16 kcal; Białko ogółem: 107.34 g; Tłuszcz: 73.12 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 317.09 g; W tym cukry: 74.77 g; Błonnik pok.: 33.58 g; Sól: 9.29 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-02 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki z serem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - wiosenna z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2835.79 kcal; Białko ogółem: 107.13 g; Tłuszcz: 86.14 g; Kw. tł. nasy.: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 419.14 g; W tym cukry: 105.39 g; Błonnik pok.: 29.19 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2254.22 kcal; Białko ogółem: 85.60 g; Tłuszcz: 66.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 335.07 g; W tym cukry: 73.59 g; Błonnik pok.: 20.74 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2344.49 kcal; Białko ogółem: 95.03 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 350.48 g; W tym cukry: 78.15 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2456.19 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 63.40 g; Kw. tł. nasy.: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 374.28 g; W tym cukry: 82.36 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2493.41 kcal; Białko ogółem: 125.63 g; Tłuszcz: 122.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 232.63 g; W tym cukry: 106.99 g; Błonnik pok.: 22.39 g; Sól: 5.02 g;	Wartość energetyczna: 2237.55 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kw. tł. nasy.: 35.56 g; Węglowodany ogółem: 317.92 g; W tym cukry: 62.30 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2262.64 kcal; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 33.61 g; Węglowodany ogółem: 340.68 g; W tym cukry: 64.72 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2673.94 kcal; Białko ogółem: 93.69 g; Tłuszcz: 96.52 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 363.91 g; W tym cukry: 73.36 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 1797.48 kcal; Białko ogółem: 48.13 g; Tłuszcz: 60.45 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 266.33 g; W tym cukry: 46.55 g; Błonnik pok.: 13.00 g; Sól: 2.63 g;	Wartość energetyczna: 2256.46 kcal; Białko ogółem: 69.38 g; Tłuszcz: 61.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.48 g; Węglowodany ogółem: 359.43 g; W tym cukry: 78.45 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2443.80 kcal; Białko ogółem: 78.41 g; Tłuszcz: 66.69 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 387.32 g; W tym cukry: 79.60 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 8.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-03 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szczawiowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz sojowy z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2833.47 kcal; Białko ogółem: 118.04 g; Tłuszcz: 102.28 g; Kw. tł. nasy.: 50.78 g; Węglowodany ogółem: 371.38 g; W tym cukry: 78.26 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2727.54 kcal; Białko ogółem: 121.72 g; Tłuszcz: 93.29 g; Kw. tł. nasy.: 42.10 g; Węglowodany ogółem: 360.65 g; W tym cukry: 78.57 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2701.71 kcal; Białko ogółem: 121.93 g; Tłuszcz: 83.52 g; Kw. tł. nasy.: 41.70 g; Węglowodany ogółem: 376.87 g; W tym cukry: 84.25 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2976.41 kcal; Białko ogółem: 132.86 g; Tłuszcz: 86.98 g; Kw. tł. nasy.: 43.47 g; Węglowodany ogółem: 429.30 g; W tym cukry: 88.71 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2471.18 kcal; Białko ogółem: 127.47 g; Tłuszcz: 122.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 223.27 g; W tym cukry: 103.51 g; Błonnik pok.: 18.45 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 2348.02 kcal; Białko ogółem: 115.34 g; Tłuszcz: 85.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.56 g; Węglowodany ogółem: 294.37 g; W tym cukry: 67.60 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2406.98 kcal; Białko ogółem: 109.49 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tł. nasy.: 40.36 g; Węglowodany ogółem: 332.51 g; W tym cukry: 72.94 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2697.42 kcal; Białko ogółem: 107.24 g; Tłuszcz: 88.96 g; Kw. tł. nasy.: 47.44 g; Węglowodany ogółem: 371.83 g; W tym cukry: 77.60 g; Błonnik pok.: 33.66 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2097.40 kcal; Białko ogółem: 79.32 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 258.40 g; W tym cukry: 53.20 g; Błonnik pok.: 16.15 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2770.70 kcal; Białko ogółem: 116.78 g; Tłuszcz: 94.05 g; Kw. tł. nasy.: 52.24 g; Węglowodany ogółem: 375.55 g; W tym cukry: 81.11 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2843.68 kcal; Białko ogółem: 129.47 g; Tłuszcz: 97.88 g; Kw. tł. nasy.: 53.61 g; Węglowodany ogółem: 373.90 g; W tym cukry: 79.95 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 8.75 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-04 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g (***MLE, S02,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (***MLE, S02,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2395.59 kcal; Białko ogółem: 99.00 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 35.38 g; Węglowodany ogółem: 332.63 g; W tym cukry: 65.50 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2238.56 kcal; Białko ogółem: 90.70 g; Tłuszcz: 71.66 g; Kw. tł. nasy.: 35.94 g; Węglowodany ogółem: 316.72 g; W tym cukry: 66.08 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2373.32 kcal; Białko ogółem: 91.13 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; W tym cukry: 99.01 g; Błonnik pok.: 25.80 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2449.77 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.16 g; Węglowodany ogółem: 368.64 g; W tym cukry: 92.38 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 10.66 g;	Wartość energetyczna: 2454.48 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 116.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 235.04 g; W tym cukry: 90.42 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2289.34 kcal; Białko ogółem: 96.23 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kw. tł. nasy.: 35.39 g; Węglowodany ogółem: 315.16 g; W tym cukry: 68.06 g; Błonnik pok.: 34.00 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2321.11 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 343.52 g; W tym cukry: 79.00 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sól: 9.96 g;	Wartość energetyczna: 2428.41 kcal; Białko ogółem: 98.31 g; Tłuszcz: 86.17 g; Kw. tł. nasy.: 48.74 g; Węglowodany ogółem: 326.15 g; W tym cukry: 78.75 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 1782.39 kcal; Białko ogółem: 60.28 g; Tłuszcz: 66.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 243.45 g; W tym cukry: 47.14 g; Błonnik pok.: 15.67 g; Sól: 3.75 g;	Wartość energetyczna: 2450.14 kcal; Białko ogółem: 97.04 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 44.26 g; Węglowodany ogółem: 340.18 g; W tym cukry: 89.14 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2675.88 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 86.23 g; Kw. tł. nasy.: 47.76 g; Węglowodany ogółem: 374.95 g; W tym cukry: 85.49 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 9.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-05 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2621.40 kcal; Białko ogółem: 101.79 g; Tłuszcz: 99.21 g; Kw. tł. nasy.: 48.69 g; Węglowodany ogółem: 347.16 g; W tym cukry: 83.73 g; Błonnik pok.: 35.55 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2517.64 kcal; Białko ogółem: 105.13 g; Tłuszcz: 91.11 g; Kw. tł. nasy.: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 332.53 g; W tym cukry: 73.93 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2597.52 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 91.21 g; Kw. tł. nasy.: 40.38 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2709.22 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 90.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.94 g; Węglowodany ogółem: 375.09 g; W tym cukry: 82.70 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 124.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 217.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2345.97 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 85.46 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 305.83 g; W tym cukry: 68.90 g; Błonnik pok.: 36.43 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2496.76 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 86.71 g; Kw. tł. nasy.: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2580.96 kcal; Białko ogółem: 91.31 g; Tłuszcz: 101.62 g; Kw. tł. nasy.: 45.28 g; Węglowodany ogółem: 329.63 g; W tym cukry: 73.69 g; Błonnik pok.: 33.78 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2078.44 kcal; Białko ogółem: 73.16 g; Tłuszcz: 84.32 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 263.26 g; W tym cukry: 48.47 g; Błonnik pok.: 18.78 g; Sól: 3.42 g;	Wartość energetyczna: 2646.67 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 102.23 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2868.64 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw. tł. nasy.: 50.27 g; Węglowodany ogółem: 373.08 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 9.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-06 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)		Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem wiśniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Arbuz 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos pieczarkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml		Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2690.70 kcal; Białko ogółem: 103.49 g; Tłuszcz: 83.32 g; Kw. tł. nasy.: 35.71 g; Węglowodany ogółem: 394.35 g; W tym cukry: 139.87 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 2530.59 kcal; Białko ogółem: 99.18 g; Tłuszcz: 78.98 g; Kw. tł. nasy.: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 370.49 g; W tym cukry: 130.39 g; Błonnik pok.: 29.91 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2526.14 kcal; Białko ogółem: 103.66 g; Tłuszcz: 75.07 g; Kw. tł. nasy.: 34.39 g; Węglowodany ogółem: 374.05 g; W tym cukry: 132.89 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2691.93 kcal; Białko ogółem: 107.44 g; Tłuszcz: 74.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.12 g; Węglowodany ogółem: 415.51 g; W tym cukry: 138.85 g; Błonnik pok.: 35.50 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 2494.93 kcal; Białko ogółem: 124.95 g; Tłuszcz: 116.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 246.57 g; W tym cukry: 106.51 g; Błonnik pok.: 17.48 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 2294.65 kcal; Białko ogółem: 107.70 g; Tłuszcz: 86.71 g; Kw. tł. nasy.: 43.07 g; Węglowodany ogółem: 289.81 g; W tym cukry: 76.25 g; Błonnik pok.: 33.56 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2361.80 kcal; Białko ogółem: 112.99 g; Tłuszcz: 77.68 g; Kw. tł. nasy.: 36.89 g; Węglowodany ogółem: 317.73 g; W tym cukry: 78.33 g; Błonnik pok.: 32.01 g; Sól: 9.70 g;	Wartość energetyczna: 2822.77 kcal; Białko ogółem: 93.52 g; Tłuszcz: 97.05 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 405.88 g; W tym cukry: 143.91 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2084.65 kcal; Białko ogółem: 64.48 g; Tłuszcz: 73.25 g; Kw. tł. nasy.: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 301.73 g; W tym cukry: 105.40 g; Błonnik pok.: 23.93 g; Sól: 3.11 g;	Wartość energetyczna: 2531.21 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 78.32 g; Kw. tł. nasy.: 34.00 g; Węglowodany ogółem: 373.32 g; W tym cukry: 131.18 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2761.85 kcal; Białko ogółem: 128.35 g; Tłuszcz: 101.75 g; Kw. tł. nasy.: 47.34 g; Węglowodany ogółem: 350.29 g; W tym cukry: 84.98 g; Błonnik pok.: 32.78 g; Sól: 9.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-07 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wołowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (***SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2705.42 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 92.41 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 373.92 g; W tym cukry: 78.31 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2493.44 kcal; Białko ogółem: 112.83 g; Tłuszcz: 77.68 g; Kw. tł. nasy.: 38.27 g; Węglowodany ogółem: 346.95 g; W tym cukry: 79.78 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2581.19 kcal; Białko ogółem: 113.72 g; Tłuszcz: 77.80 g; Kw. tł. nasy.: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 366.09 g; W tym cukry: 74.37 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2745.49 kcal; Białko ogółem: 120.11 g; Tłuszcz: 77.17 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 405.16 g; W tym cukry: 78.57 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2447.98 kcal; Białko ogółem: 123.40 g; Tłuszcz: 122.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 223.32 g; W tym cukry: 100.45 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2520.19 kcal; Białko ogółem: 107.90 g; Tłuszcz: 86.93 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 343.94 g; W tym cukry: 77.79 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2496.84 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 74.20 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 360.21 g; W tym cukry: 72.92 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2685.82 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 99.72 g; Kw. tł. nasy.: 45.60 g; Węglowodany ogółem: 378.93 g; W tym cukry: 83.20 g; Błonnik pok.: 34.90 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2047.34 kcal; Białko ogółem: 75.71 g; Tłuszcz: 75.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.56 g; Węglowodany ogółem: 272.45 g; W tym cukry: 51.77 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2640.69 kcal; Białko ogółem: 106.32 g; Tłuszcz: 88.80 g; Kw. tł. nasy.: 46.79 g; Węglowodany ogółem: 363.69 g; W tym cukry: 74.87 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2840.73 kcal; Białko ogółem: 113.40 g; Tłuszcz: 92.98 g; Kw. tł. nasy.: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 398.49 g; W tym cukry: 90.06 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 10.20 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-08 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Budyń z udźca kurczaka 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet z jaj 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2508.11 kcal; Białko ogółem: 121.70 g; Tłuszcz: 106.21 g; Kw. tł. nasy.: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 277.16 g; W tym cukry: 54.09 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2418.07 kcal; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 295.52 g; W tym cukry: 63.09 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2368.17 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 297.70 g; W tym cukry: 65.22 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2565.12 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 386.40 g; W tym cukry: 86.76 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2485.08 kcal; Białko ogółem: 134.01 g; Tłuszcz: 106.90 g; Kw. tł. nasy.: 50.87 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 43.07 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2470.43 kcal; Białko ogółem: 124.73 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 294.88 g; W tym cukry: 56.27 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2504.52 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 101.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 329.16 g; W tym cukry: 66.65 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2266.27 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 271.01 g; W tym cukry: 54.39 g; Błonnik pok.: 15.90 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2500.51 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; Tłuszcz: 101.19 g; Kw. tł. nasy.: 47.31 g; Węglowodany ogółem: 286.42 g; W tym cukry: 63.17 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2639.98 kcal; Białko ogółem: 136.75 g; Tłuszcz: 106.82 g; Kw. tł. nasy.: 48.39 g; Węglowodany ogółem: 292.85 g; W tym cukry: 45.03 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 10.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-09 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)										Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i papryki 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i papryki 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2464.52 kcal; Białko ogółem: 90.99 g; Tłuszcz: 81.57 g; Kw. tł. nasy.: 42.24 g; Węglowodany ogółem: 350.20 g; W tym cukry: 75.82 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2358.50 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 346.21 g; W tym cukry: 72.35 g; Błonnik pok.: 19.24 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2401.28 kcal; Białko ogółem: 84.86 g; Tłuszcz: 70.71 g; Kw. tł. nasy.: 37.81 g; Węglowodany ogółem: 363.45 g; W tym cukry: 88.67 g; Błonnik pok.: 18.77 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 2453.47 kcal; Białko ogółem: 89.42 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kw. tł. nasy.: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 376.95 g; W tym cukry: 91.74 g; Błonnik pok.: 19.58 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 2463.35 kcal; Białko ogółem: 126.38 g; Tłuszcz: 124.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 218.06 g; W tym cukry: 101.67 g; Błonnik pok.: 18.09 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2374.83 kcal; Białko ogółem: 91.65 g; Tłuszcz: 79.84 g; Kw. tł. nasy.: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 334.50 g; W tym cukry: 72.99 g; Błonnik pok.: 33.06 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2417.48 kcal; Białko ogółem: 81.91 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 375.75 g; W tym cukry: 85.26 g; Błonnik pok.: 20.10 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2402.70 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 81.23 g; Kw. tł. nasy.: 44.85 g; Węglowodany ogółem: 343.87 g; W tym cukry: 68.78 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 1910.23 kcal; Białko ogółem: 52.18 g; Tłuszcz: 65.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 281.42 g; W tym cukry: 47.41 g; Błonnik pok.: 12.49 g; Sól: 2.95 g;	Wartość energetyczna: 2521.10 kcal; Białko ogółem: 74.62 g; Tłuszcz: 86.09 g; Kw. tł. nasy.: 46.14 g; Węglowodany ogółem: 371.07 g; W tym cukry: 91.78 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2809.57 kcal; Białko ogółem: 86.59 g; Tłuszcz: 92.95 g; Kw. tł. nasy.: 51.21 g; Węglowodany ogółem: 417.46 g; W tym cukry: 101.50 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 9.31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-10 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - wielowarzywna z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz z soczewicy i papryki () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, ŚEL,***) Kasza jaglana na sypko 200 g Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml (***ŚEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (***RYB, SEL,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ogórek świeży 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (***RYB, SEL,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2595.21 kcal; Białko ogółem: 114.57 g; Tłuszcz: 78.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.40 g; Węglowodany ogółem: 372.34 g; W tym cukry: 62.27 g; Błonnik pok.: 36.85 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 2375.35 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz: 69.69 g; Kw. tł. nasy.: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 351.97 g; W tym cukry: 69.68 g; Błonnik pok.: 32.58 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2440.36 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Tłuszcz: 70.21 g; Kw. tł. nasy.: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 367.86 g; W tym cukry: 69.34 g; Błonnik pok.: 34.85 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2669.14 kcal; Białko ogółem: 106.65 g; Tłuszcz: 69.90 g; Kw. tł. nasy.: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 419.95 g; W tym cukry: 73.53 g; Błonnik pok.: 38.44 g; Sól: 9.17 g;	Wartość energetyczna: 2313.35 kcal; Białko ogółem: 120.17 g; Tłuszcz: 113.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 208.70 g; W tym cukry: 91.86 g; Błonnik pok.: 19.70 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2419.03 kcal; Białko ogółem: 108.81 g; Tłuszcz: 74.19 g; Kw. tł. nasy.: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 346.30 g; W tym cukry: 66.17 g; Błonnik pok.: 39.99 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2479.46 kcal; Białko ogółem: 96.33 g; Tłuszcz: 69.07 g; Kw. tł. nasy.: 35.12 g; Węglowodany ogółem: 383.09 g; W tym cukry: 66.47 g; Błonnik pok.: 37.45 g; Sól: 11.40 g;	Wartość energetyczna: 2449.20 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 372.43 g; W tym cukry: 68.37 g; Błonnik pok.: 36.40 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 1929.85 kcal; Białko ogółem: 66.87 g; Tłuszcz: 63.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 280.18 g; W tym cukry: 44.30 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 4.55 g;	Wartość energetyczna: 2572.95 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 77.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 382.79 g; W tym cukry: 66.35 g; Błonnik pok.: 40.12 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2939.22 kcal; Białko ogółem: 123.99 g; Tłuszcz: 86.06 g; Kw. tł. nasy.: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 435.40 g; W tym cukry: 73.68 g; Błonnik pok.: 43.52 g; Sól: 10.16 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-11 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka szwedzka () 100 g (***GOR,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 350 g Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2540.19 kcal; Białko ogółem: 110.10 g; Tłuszcz: 85.38 g; Kw. tł. nasy.: 44.98 g; Węglowodany ogółem: 344.52 g; W tym cukry: 95.22 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 9.42 g;	Wartość energetyczna: 2520.90 kcal; Białko ogółem: 109.95 g; Tłuszcz: 85.64 g; Kw. tł. nasy.: 45.19 g; Węglowodany ogółem: 333.05 g; W tym cukry: 86.41 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2550.08 kcal; Białko ogółem: 96.40 g; Tłuszcz: 82.24 g; Kw. tł. nasy.: 41.88 g; Węglowodany ogółem: 363.48 g; W tym cukry: 98.15 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2659.48 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 82.07 g; Kw. tł. nasy.: 41.47 g; Węglowodany ogółem: 385.42 g; W tym cukry: 102.42 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2522.56 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 121.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 237.97 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 4.07 g;	Wartość energetyczna: 2435.86 kcal; Białko ogółem: 122.04 g; Tłuszcz: 82.49 g; Kw. tł. nasy.: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 313.78 g; W tym cukry: 67.41 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 2592.74 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 38.95 g; Węglowodany ogółem: 376.38 g; W tym cukry: 84.95 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 9.55 g;	Wartość energetyczna: 2341.98 kcal; Białko ogółem: 82.21 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kw. tł. nasy.: 48.65 g; Węglowodany ogółem: 326.94 g; W tym cukry: 103.82 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2095.08 kcal; Białko ogółem: 77.75 g; Tłuszcz: 81.56 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 264.74 g; W tym cukry: 63.84 g; Błonnik pok.: 15.70 g; Sól: 3.26 g;	Wartość energetyczna: 2733.08 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 110.82 g; Kw. tł. nasy.: 50.24 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; W tym cukry: 74.91 g; Błonnik pok.: 19.12 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 3115.73 kcal; Białko ogółem: 127.80 g; Tłuszcz: 117.90 g; Kw. tł. nasy.: 55.33 g; Węglowodany ogółem: 392.84 g; W tym cukry: 92.11 g; Błonnik pok.: 22.57 g; Sól: 11.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-12 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemn () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g (***SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)										Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2666.54 kcal; Białko ogółem: 96.87 g; Tłuszcz: 94.46 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 366.30 g; W tym cukry: 81.78 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2477.17 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 78.84 g; Kw. tł. nasy.: 37.30 g; Węglowodany ogółem: 348.50 g; W tym cukry: 80.44 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2557.04 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 78.95 g; Kw. tł. nasy.: 37.75 g; Węglowodany ogółem: 367.26 g; W tym cukry: 85.00 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2688.39 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 78.58 g; Kw. tł. nasy.: 37.32 g; Węglowodany ogółem: 395.98 g; W tym cukry: 88.59 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 2381.92 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 113.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 225.74 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 18.96 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2568.55 kcal; Białko ogółem: 110.08 g; Tłuszcz: 94.09 g; Kw. tł. nasy.: 40.24 g; Węglowodany ogółem: 328.93 g; W tym cukry: 53.37 g; Błonnik pok.: 46.74 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2580.82 kcal; Białko ogółem: 110.47 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw. tł. nasy.: 41.20 g; Węglowodany ogółem: 356.04 g; W tym cukry: 55.31 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2697.69 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 95.73 g; Kw. tł. nasy.: 42.86 g; Węglowodany ogółem: 380.30 g; W tym cukry: 86.97 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2024.59 kcal; Białko ogółem: 64.30 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 281.64 g; W tym cukry: 55.12 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sól: 2.89 g;	Wartość energetyczna: 2625.02 kcal; Białko ogółem: 98.66 g; Tłuszcz: 89.61 g; Kw. tł. nasy.: 45.06 g; Węglowodany ogółem: 365.06 g; W tym cukry: 81.59 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2963.24 kcal; Białko ogółem: 129.57 g; Tłuszcz: 102.00 g; Kw. tł. nasy.: 50.16 g; Węglowodany ogółem: 392.58 g; W tym cukry: 60.06 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sól: 10.11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-13 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Miód (25g) 2 szt Śliwka 180 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Śliwka 180 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)					Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2732.85 kcal; Białko ogółem: 99.30 g; Tłuszcz: 96.37 g; Kw. tł. nasy.: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 376.96 g; W tym cukry: 84.42 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2566.50 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 79.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 374.42 g; W tym cukry: 90.28 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2562.63 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 76.55 g; Kw. tł. nasy.: 37.43 g; Węglowodany ogółem: 378.10 g; W tym cukry: 93.20 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2777.50 kcal; Białko ogółem: 105.83 g; Tłuszcz: 80.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.58 g; Węglowodany ogółem: 420.11 g; W tym cukry: 98.09 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2563.99 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 123.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2414.49 kcal; Białko ogółem: 120.07 g; Tłuszcz: 83.88 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 313.16 g; W tym cukry: 74.47 g; Błonnik pok.: 35.56 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2577.02 kcal; Białko ogółem: 116.27 g; Tłuszcz: 76.73 g; Kw. tł. nasy.: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 370.17 g; W tym cukry: 92.63 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sól: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2538.23 kcal; Białko ogółem: 79.83 g; Tłuszcz: 79.90 g; Kw. tł. nasy.: 38.20 g; Węglowodany ogółem: 385.00 g; W tym cukry: 84.65 g; Błonnik pok.: 23.85 g; Sól: 5.55 g;	Wartość energetyczna: 2132.82 kcal; Białko ogółem: 62.55 g; Tłuszcz: 75.33 g; Kw. tł. nasy.: 31.01 g; Węglowodany ogółem: 308.44 g; W tym cukry: 62.25 g; Błonnik pok.: 20.02 g; Sól: 2.74 g;	Wartość energetyczna: 2561.27 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 80.15 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 372.71 g; W tym cukry: 93.39 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2896.86 kcal; Białko ogółem: 129.54 g; Tłuszcz: 88.04 g; Kw. tł. nasy.: 43.72 g; Węglowodany ogółem: 411.83 g; W tym cukry: 109.28 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sól: 9.37 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-14 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2759.29 kcal; Białko ogółem: 108.90 g; Tłuszcz: 99.87 g; Kw. tł. nasy.: 42.57 g; Węglowodany ogółem: 365.64 g; W tym cukry: 91.55 g; Błonnik pok.: 30.49 g; Sól: 11.75 g;	Wartość energetyczna: 2500.48 kcal; Białko ogółem: 98.18 g; Tłuszcz: 77.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.90 g; Węglowodany ogółem: 362.60 g; W tym cukry: 87.35 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2529.23 kcal; Białko ogółem: 98.99 g; Tłuszcz: 67.61 g; Kw. tł. nasy.: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 389.71 g; W tym cukry: 114.51 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 2654.04 kcal; Białko ogółem: 101.00 g; Tłuszcz: 67.07 g; Kw. tł. nasy.: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 422.90 g; W tym cukry: 120.17 g; Błonnik pok.: 30.81 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 2443.39 kcal; Białko ogółem: 120.59 g; Tłuszcz: 115.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 238.44 g; W tym cukry: 113.69 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 4.82 g;	Wartość energetyczna: 2441.80 kcal; Białko ogółem: 110.55 g; Tłuszcz: 86.77 g; Kw. tł. nasy.: 37.83 g; Węglowodany ogółem: 319.16 g; W tym cukry: 67.37 g; Błonnik pok.: 33.91 g; Sól: 9.58 g;	Wartość energetyczna: 2518.79 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz: 70.60 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 373.17 g; W tym cukry: 81.20 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 11.47 g;	Wartość energetyczna: 2547.02 kcal; Białko ogółem: 101.98 g; Tłuszcz: 80.73 g; Kw. tł. nasy.: 39.90 g; Węglowodany ogółem: 358.41 g; W tym cukry: 86.80 g; Błonnik pok.: 36.77 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2071.09 kcal; Białko ogółem: 64.68 g; Tłuszcz: 73.50 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; Węglowodany ogółem: 291.73 g; W tym cukry: 60.40 g; Błonnik pok.: 16.26 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 2569.43 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 79.59 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 374.83 g; W tym cukry: 114.80 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2876.65 kcal; Białko ogółem: 126.87 g; Tłuszcz: 92.42 g; Kw. tł. nasy.: 46.67 g; Węglowodany ogółem: 394.67 g; W tym cukry: 93.27 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sól: 12.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-15 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-15 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () b/c 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso (schab) mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () b/c 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku () b/c 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***)
		Wartość energetyczna: 2356.93 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 87.54 g; Kw. tł. nasy.: 39.92 g; Węglowodany ogółem: 312.98 g; W tym cukry: 67.99 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2005.28 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 277.78 g; W tym cukry: 51.68 g; Błonnik pok.: 16.65 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2135.86 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 59.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 312.19 g; W tym cukry: 62.58 g; Błonnik pok.: 27.32 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2624.22 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 75.31 g; Kw. tł. nasy.: 33.89 g; Węglowodany ogółem: 386.68 g; W tym cukry: 82.55 g; Błonnik pok.: 29.05 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2465.95 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 114.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 240.94 g; W tym cukry: 91.79 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2273.13 kcal; Białko ogółem: 120.81 g; Tłuszcz: 78.76 g; Kw. tł. nasy.: 44.62 g; Węglowodany ogółem: 283.04 g; W tym cukry: 38.37 g; Błonnik pok.: 32.63 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 2334.21 kcal; Białko ogółem: 113.73 g; Tłuszcz: 66.59 g; Kw. tł. nasy.: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 331.90 g; W tym cukry: 39.45 g; Błonnik pok.: 33.07 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2258.68 kcal; Białko ogółem: 74.74 g; Tłuszcz: 84.31 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 313.92 g; W tym cukry: 67.31 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 5.65 g;	Wartość energetyczna: 1830.54 kcal; Białko ogółem: 78.73 g; Tłuszcz: 57.66 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 247.43 g; W tym cukry: 42.88 g; Błonnik pok.: 11.41 g; Sól: 3.10 g;	Wartość energetyczna: 2166.73 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 40.02 g; Węglowodany ogółem: 292.28 g; W tym cukry: 51.47 g; Błonnik pok.: 18.81 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2403.08 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; Tłuszcz: 78.82 g; Kw. tł. nasy.: 47.13 g; Węglowodany ogółem: 315.99 g; W tym cukry: 29.54 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 10.25 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-16 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ.***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Ser żółty 50 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE.***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE.***)
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL.***) Surówka z selera i jabłka () 200 g (***MLE, SEL.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL.***) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL.***) Surówka z selera i jabłka () 200 g (***MLE, SEL.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g (***SOJ, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Kolacja	Roszponka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszponka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 100 g (***RYB, MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Twarożek 100 g (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Twarożek 100 g (***MLE.***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Roszponka 10 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Twarożek 100 g (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Roszponka 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Twarożek 100 g (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszponka 10 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 100 g (***RYB, MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Ser żółty 50 g (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Ser żółty 50 g (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE.***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE.***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE.***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE.***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE.***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE.***)
		Wartość energetyczna: 2393.18 kcal; Białko ogółem: 88.29 g; Tłuszcz: 73.90 g; Kw. tł. nasy.: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 359.63 g; W tym cukry: 87.51 g; Błonnik pok.: 39.83 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2313.86 kcal; Białko ogółem: 88.04 g; Tłuszcz: 73.13 g; Kw. tł. nasy.: 34.88 g; Węglowodany ogółem: 338.66 g; W tym cukry: 88.56 g; Błonnik pok.: 32.93 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 2406.94 kcal; Białko ogółem: 97.10 g; Tłuszcz: 74.31 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 350.37 g; W tym cukry: 97.14 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2516.34 kcal; Białko ogółem: 104.04 g; Tłuszcz: 74.14 g; Kw. tł. nasy.: 35.60 g; Węglowodany ogółem: 372.31 g; W tym cukry: 101.41 g; Błonnik pok.: 33.34 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 2520.86 kcal; Białko ogółem: 127.89 g; Tłuszcz: 117.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.48 g; W tym cukry: 96.98 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2284.90 kcal; Białko ogółem: 89.44 g; Tłuszcz: 72.71 g; Kw. tł. nasy.: 36.21 g; Węglowodany ogółem: 336.33 g; W tym cukry: 76.19 g; Błonnik pok.: 43.37 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2418.55 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 72.57 g; Kw. tł. nasy.: 36.28 g; Węglowodany ogółem: 358.60 g; W tym cukry: 85.66 g; Błonnik pok.: 32.58 g; Sól: 10.35 g;	Wartość energetyczna: 2471.43 kcal; Białko ogółem: 89.50 g; Tłuszcz: 83.60 g; Kw. tł. nasy.: 45.94 g; Węglowodany ogółem: 356.07 g; W tym cukry: 87.67 g; Błonnik pok.: 37.45 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 1838.21 kcal; Białko ogółem: 54.25 g; Tłuszcz: 66.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 262.82 g; W tym cukry: 63.34 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 4.12 g;	Wartość energetyczna: 2437.55 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz: 84.04 g; Kw. tł. nasy.: 42.20 g; Węglowodany ogółem: 353.93 g; W tym cukry: 99.83 g; Błonnik pok.: 35.37 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2768.05 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 92.32 g; Kw. tł. nasy.: 44.89 g; Węglowodany ogółem: 398.04 g; W tym cukry: 98.69 g; Błonnik pok.: 38.78 g; Sól: 12.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-17 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełbasa wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełbasa wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełbasa wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełbasa wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełbasa wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełbasa wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełbasa wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso wieprzowe (szynka) mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino ()RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z warzywami i serem żółtym* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Dynia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)					Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Płynna odżywcza - ziemniaczana ()RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2686.29 kcal; Białko ogółem: 123.87 g; Tłuszcz: 90.04 g; Kw. tł. nasy.: 41.94 g; Węglowodany ogółem: 350.35 g; W tym cukry: 64.84 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 9.39 g;	Wartość energetyczna: 2640.17 kcal; Białko ogółem: 117.67 g; Tłuszcz: 80.27 g; Kw. tł. nasy.: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 366.29 g; W tym cukry: 72.85 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2708.45 kcal; Białko ogółem: 117.52 g; Tłuszcz: 80.46 g; Kw. tł. nasy.: 39.55 g; Węglowodany ogółem: 380.71 g; W tym cukry: 85.81 g; Błonnik pok.: 21.08 g; Sól: 9.01 g;	Wartość energetyczna: 3061.39 kcal; Białko ogółem: 127.78 g; Tłuszcz: 90.49 g; Kw. tł. nasy.: 39.88 g; Węglowodany ogółem: 438.72 g; W tym cukry: 90.02 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2479.59 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 122.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 226.61 g; W tym cukry: 108.41 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2352.17 kcal; Białko ogółem: 122.08 g; Tłuszcz: 80.00 g; Kw. tł. nasy.: 41.03 g; Węglowodany ogółem: 293.79 g; W tym cukry: 59.99 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 10.00 g;	Wartość energetyczna: 2544.76 kcal; Białko ogółem: 115.93 g; Tłuszcz: 78.60 g; Kw. tł. nasy.: 41.00 g; Węglowodany ogółem: 347.60 g; W tym cukry: 78.44 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 10.32 g;	Wartość energetyczna: 2686.51 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 102.12 g; Kw. tł. nasy.: 52.26 g; Węglowodany ogółem: 363.05 g; W tym cukry: 65.81 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 1967.56 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 258.25 g; W tym cukry: 47.42 g; Błonnik pok.: 15.30 g; Sól: 4.57 g;	Wartość energetyczna: 2805.95 kcal; Białko ogółem: 121.47 g; Tłuszcz: 88.08 g; Kw. tł. nasy.: 41.82 g; Węglowodany ogółem: 383.56 g; W tym cukry: 86.09 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2952.00 kcal; Białko ogółem: 134.39 g; Tłuszcz: 93.51 g; Kw. tł. nasy.: 47.30 g; Węglowodany ogółem: 397.51 g; W tym cukry: 96.68 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 10.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-18 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw () 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2904.84 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 101.41 g; Kw. tł. nasy.: 44.45 g; Węglowodany ogółem: 403.95 g; W tym cukry: 97.96 g; Błonnik pok.: 34.30 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2329.56 kcal; Białko ogółem: 96.65 g; Tłuszcz: 63.59 g; Kw. tł. nasy.: 32.70 g; Węglowodany ogółem: 355.92 g; W tym cukry: 97.10 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2324.34 kcal; Białko ogółem: 98.71 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 351.04 g; W tym cukry: 84.74 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.90 g;	Wartość energetyczna: 2455.69 kcal; Białko ogółem: 104.59 g; Tłuszcz: 62.74 g; Kw. tł. nasy.: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 379.76 g; W tym cukry: 88.33 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2534.91 kcal; Białko ogółem: 124.85 g; Tłuszcz: 120.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 110.92 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2466.06 kcal; Białko ogółem: 105.43 g; Tłuszcz: 82.40 g; Kw. tł. nasy.: 42.51 g; Węglowodany ogółem: 346.38 g; W tym cukry: 76.87 g; Błonnik pok.: 36.74 g; Sól: 9.38 g;	Wartość energetyczna: 2278.47 kcal; Białko ogółem: 92.85 g; Tłuszcz: 59.24 g; Kw. tł. nasy.: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 355.34 g; W tym cukry: 80.88 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 9.02 g;	Wartość energetyczna: 2516.29 kcal; Białko ogółem: 94.51 g; Tłuszcz: 83.89 g; Kw. tł. nasy.: 41.56 g; Węglowodany ogółem: 363.33 g; W tym cukry: 108.70 g; Błonnik pok.: 34.87 g; Sól: 5.49 g;	Wartość energetyczna: 1907.11 kcal; Białko ogółem: 66.48 g; Tłuszcz: 59.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 284.24 g; W tym cukry: 72.30 g; Błonnik pok.: 18.29 g; Sól: 3.66 g;	Wartość energetyczna: 2324.34 kcal; Białko ogółem: 98.71 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 351.04 g; W tym cukry: 84.74 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.90 g;	Wartość energetyczna: 2572.68 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 68.12 g; Kw. tł. nasy.: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 394.93 g; W tym cukry: 99.50 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sól: 9.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-19 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Jabłko pieczone 150 g				Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z cukini z kiełbasą 200 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko 200 g Leczo wegetariańskie 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2804.98 kcal; Białko ogółem: 91.72 g; Tłuszcz: 111.00 g; Kw. tł. nasy.: 41.81 g; Węglowodany ogółem: 368.75 g; W tym cukry: 81.12 g; Błonnik pok.: 33.52 g; Sól: 8.85 g;	Wartość energetyczna: 2442.55 kcal; Białko ogółem: 99.33 g; Tłuszcz: 66.98 g; Kw. tł. nasy.: 34.71 g; Węglowodany ogółem: 370.49 g; W tym cukry: 77.56 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2427.30 kcal; Białko ogółem: 98.05 g; Tłuszcz: 66.49 g; Kw. tł. nasy.: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 366.59 g; W tym cukry: 86.52 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2536.70 kcal; Białko ogółem: 104.99 g; Tłuszcz: 66.32 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 388.53 g; W tym cukry: 90.79 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 2505.34 kcal; Białko ogółem: 126.18 g; Tłuszcz: 117.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 109.30 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2221.82 kcal; Białko ogółem: 91.12 g; Tłuszcz: 71.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 313.55 g; W tym cukry: 44.69 g; Błonnik pok.: 38.19 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2324.21 kcal; Białko ogółem: 82.48 g; Tłuszcz: 69.71 g; Kw. tł. nasy.: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 354.36 g; W tym cukry: 74.87 g; Błonnik pok.: 36.03 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2902.28 kcal; Białko ogółem: 82.89 g; Tłuszcz: 121.31 g; Kw. tł. nasy.: 39.42 g; Węglowodany ogółem: 375.76 g; W tym cukry: 81.57 g; Błonnik pok.: 26.50 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 1964.57 kcal; Białko ogółem: 63.77 g; Tłuszcz: 60.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 295.07 g; W tym cukry: 52.55 g; Błonnik pok.: 19.90 g; Sól: 3.30 g;	Wartość energetyczna: 2447.32 kcal; Białko ogółem: 88.09 g; Tłuszcz: 75.83 g; Kw. tł. nasy.: 40.66 g; Węglowodany ogółem: 360.49 g; W tym cukry: 84.17 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2539.09 kcal; Białko ogółem: 92.28 g; Tłuszcz: 77.15 g; Kw. tł. nasy.: 41.73 g; Węglowodany ogółem: 376.82 g; W tym cukry: 66.02 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 9.65 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-20 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Śliwka 180 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Śliwka 180 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem. (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2833.79 kcal; Białko ogółem: 115.80 g; Tłuszcz: 100.78 g; Kw. tł. nasy.: 40.98 g; Węglowodany ogółem: 379.04 g; W tym cukry: 93.55 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2561.25 kcal; Białko ogółem: 114.89 g; Tłuszcz: 84.79 g; Kw. tł. nasy.: 39.94 g; Węglowodany ogółem: 345.82 g; W tym cukry: 79.98 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2668.79 kcal; Białko ogółem: 123.68 g; Tłuszcz: 91.32 g; Kw. tł. nasy.: 41.90 g; Węglowodany ogółem: 349.69 g; W tym cukry: 82.40 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2827.73 kcal; Białko ogółem: 125.11 g; Tłuszcz: 90.92 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 389.90 g; W tym cukry: 86.00 g; Błonnik pok.: 28.46 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2602.65 kcal; Białko ogółem: 131.00 g; Tłuszcz: 124.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 249.78 g; W tym cukry: 108.95 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 2482.14 kcal; Białko ogółem: 122.26 g; Tłuszcz: 95.49 g; Kw. tł. nasy.: 49.06 g; Węglowodany ogółem: 300.06 g; W tym cukry: 70.76 g; Błonnik pok.: 33.29 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2604.95 kcal; Białko ogółem: 130.81 g; Tłuszcz: 92.04 g; Kw. tł. nasy.: 42.85 g; Węglowodany ogółem: 323.87 g; W tym cukry: 70.55 g; Błonnik pok.: 26.48 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2862.66 kcal; Białko ogółem: 102.77 g; Tłuszcz: 108.33 g; Kw. tł. nasy.: 42.82 g; Węglowodany ogółem: 381.26 g; W tym cukry: 95.98 g; Błonnik pok.: 31.22 g; Sól: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 2107.22 kcal; Białko ogółem: 77.49 g; Tłuszcz: 78.40 g; Kw. tł. nasy.: 32.69 g; Węglowodany ogółem: 277.30 g; W tym cukry: 52.57 g; Błonnik pok.: 16.64 g; Sól: 2.83 g;	Wartość energetyczna: 2491.14 kcal; Białko ogółem: 108.02 g; Tłuszcz: 79.62 g; Kw. tł. nasy.: 38.19 g; Węglowodany ogółem: 347.17 g; W tym cukry: 81.43 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2846.38 kcal; Białko ogółem: 137.37 g; Tłuszcz: 102.57 g; Kw. tł. nasy.: 51.49 g; Węglowodany ogółem: 357.16 g; W tym cukry: 81.63 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 9.79 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-21 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Musztarda 20 g (***GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej połki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z warzywami i soczewicą wegetariańskie () 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 200 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***)
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2868.35 kcal; Białko ogółem: 117.40 g; Tłuszcz: 105.81 g; Kw. tł. nasy.: 42.85 g; Węglowodany ogółem: 375.48 g; W tym cukry: 80.55 g; Błonnik pok.: 35.02 g; Sól: 10.40 g;	Wartość energetyczna: 2519.27 kcal; Białko ogółem: 98.47 g; Tłuszcz: 85.12 g; Kw. tł. nasy.: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 353.04 g; W tym cukry: 84.77 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2493.35 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 74.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 368.99 g; W tym cukry: 106.27 g; Błonnik pok.: 30.75 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2637.63 kcal; Białko ogółem: 102.68 g; Tłuszcz: 74.83 g; Kw. tł. nasy.: 33.81 g; Węglowodany ogółem: 402.06 g; W tym cukry: 109.36 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2497.92 kcal; Białko ogółem: 122.44 g; Tłuszcz: 116.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 249.98 g; W tym cukry: 110.62 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2372.43 kcal; Białko ogółem: 111.72 g; Tłuszcz: 82.93 g; Kw. tł. nasy.: 36.41 g; Węglowodany ogółem: 312.26 g; W tym cukry: 61.28 g; Błonnik pok.: 36.98 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 2477.44 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; Tłuszcz: 85.12 g; Kw. tł. nasy.: 36.66 g; Węglowodany ogółem: 339.20 g; W tym cukry: 69.48 g; Błonnik pok.: 34.40 g; Sól: 9.29 g;	Wartość energetyczna: 2527.66 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 83.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 374.40 g; W tym cukry: 84.63 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2193.24 kcal; Białko ogółem: 74.76 g; Tłuszcz: 80.09 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 300.31 g; W tym cukry: 60.37 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2637.33 kcal; Białko ogółem: 106.90 g; Tłuszcz: 84.35 g; Kw. tł. nasy.: 36.50 g; Węglowodany ogółem: 374.36 g; W tym cukry: 106.28 g; Błonnik pok.: 31.03 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2806.81 kcal; Białko ogółem: 117.79 g; Tłuszcz: 87.89 g; Kw. tł. nasy.: 39.54 g; Węglowodany ogółem: 400.35 g; W tym cukry: 98.07 g; Błonnik pok.: 38.82 g; Sól: 8.31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-22 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Salami kiełbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewająca, wędzona. 50 g (***SOJ, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (***SOJ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2381.45 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 93.87 g; Kw. tł. nasy.: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 287.43 g; W tym cukry: 65.97 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2148.81 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 270.64 g; W tym cukry: 55.41 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2036.68 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 301.66 g; W tym cukry: 59.91 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2484.77 kcal; Białko ogółem: 113.84 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 362.55 g; W tym cukry: 80.58 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2553.15 kcal; Białko ogółem: 126.73 g; Tłuszcz: 120.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 109.32 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2326.55 kcal; Białko ogółem: 120.38 g; Tłuszcz: 82.76 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 288.05 g; W tym cukry: 65.24 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2224.15 kcal; Białko ogółem: 94.04 g; Tłuszcz: 62.07 g; Kw. tł. nasy.: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 333.51 g; W tym cukry: 65.05 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2140.48 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 293.50 g; W tym cukry: 65.60 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 1994.77 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 244.95 g; W tym cukry: 46.75 g; Błonnik pok.: 16.16 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2238.22 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 84.52 g; Kw. tł. nasy.: 42.62 g; Węglowodany ogółem: 282.57 g; W tym cukry: 52.30 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2460.19 kcal; Białko ogółem: 112.37 g; Tłuszcz: 90.15 g; Kw. tł. nasy.: 43.69 g; Węglowodany ogółem: 309.61 g; W tym cukry: 51.14 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 9.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-23 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2431.15 kcal; Białko ogółem: 86.66 g; Tłuszcz: 74.57 g; Kw. tł. nasy.: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 361.91 g; W tym cukry: 75.73 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2405.97 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz: 73.02 g; Kw. tł. nasy.: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 363.27 g; W tym cukry: 77.64 g; Błonnik pok.: 22.18 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2450.26 kcal; Białko ogółem: 84.20 g; Tłuszcz: 72.95 g; Kw. tł. nasy.: 38.10 g; Węglowodany ogółem: 372.33 g; W tym cukry: 87.13 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2495.40 kcal; Białko ogółem: 89.71 g; Tłuszcz: 72.56 g; Kw. tł. nasy.: 37.66 g; Węglowodany ogółem: 380.62 g; W tym cukry: 91.40 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2571.78 kcal; Białko ogółem: 131.17 g; Tłuszcz: 123.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 110.22 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 2111.00 kcal; Białko ogółem: 83.24 g; Tłuszcz: 72.28 g; Kw. tł. nasy.: 37.76 g; Węglowodany ogółem: 294.03 g; W tym cukry: 47.51 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2226.86 kcal; Białko ogółem: 77.83 g; Tłuszcz: 70.45 g; Kw. tł. nasy.: 37.50 g; Węglowodany ogółem: 329.80 g; W tym cukry: 58.43 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 2460.93 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz: 83.03 g; Kw. tł. nasy.: 47.85 g; Węglowodany ogółem: 355.81 g; W tym cukry: 71.56 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 1980.77 kcal; Białko ogółem: 50.55 g; Tłuszcz: 67.91 g; Kw. tł. nasy.: 31.19 g; Węglowodany ogółem: 297.11 g; W tym cukry: 52.70 g; Błonnik pok.: 16.66 g; Sól: 2.77 g;	Wartość energetyczna: 2541.10 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kw. tł. nasy.: 45.94 g; Węglowodany ogółem: 386.05 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2538.84 kcal; Białko ogółem: 88.77 g; Tłuszcz: 82.33 g; Kw. tł. nasy.: 49.35 g; Węglowodany ogółem: 370.56 g; W tym cukry: 67.49 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 9.56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-24 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Pomidor 80 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ.***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE.***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE.***)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ.***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (***SEL.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ.***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso drobiowe (filet z kurczaka) mielone 100 g (***GLU PSZ.***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ.***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ.***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.***) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ.***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (***SEL.***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (bez glutenu) 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ.***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Kolacja	Rzodkiew biała 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL.***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Rzodkiew biała 80 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Rzodkiew biała 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE.***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2275.13 kcal; Białko ogółem: 105.19 g; Tłuszcz: 69.63 g; Kw. tł. nasy.: 33.67 g; Węglowodany ogółem: 320.40 g; W tym cukry: 60.59 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2242.51 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 67.68 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 320.92 g; W tym cukry: 65.78 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2455.29 kcal; Białko ogółem: 108.13 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw. tł. nasy.: 37.46 g; Węglowodany ogółem: 346.88 g; W tym cukry: 74.89 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2670.56 kcal; Białko ogółem: 115.47 g; Tłuszcz: 83.25 g; Kw. tł. nasy.: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 377.41 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 34.69 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2513.58 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 118.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; W tym cukry: 96.00 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2084.23 kcal; Białko ogółem: 101.56 g; Tłuszcz: 64.75 g; Kw. tł. nasy.: 32.21 g; Węglowodany ogółem: 290.06 g; W tym cukry: 52.20 g; Błonnik pok.: 35.97 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2358.37 kcal; Białko ogółem: 102.04 g; Tłuszcz: 71.33 g; Kw. tł. nasy.: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 338.05 g; W tym cukry: 63.39 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2409.15 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; Tłuszcz: 96.59 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 318.41 g; W tym cukry: 77.97 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 1786.15 kcal; Białko ogółem: 64.52 g; Tłuszcz: 61.15 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 251.54 g; W tym cukry: 40.44 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2334.79 kcal; Białko ogółem: 101.48 g; Tłuszcz: 67.83 g; Kw. tł. nasy.: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 341.18 g; W tym cukry: 74.89 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 2556.76 kcal; Białko ogółem: 118.32 g; Tłuszcz: 73.46 g; Kw. tł. nasy.: 34.53 g; Węglowodany ogółem: 368.23 g; W tym cukry: 73.73 g; Błonnik pok.: 36.28 g; Sól: 8.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-25 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2813.90 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 112.54 g; Kw. tł. nasy.: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 361.33 g; W tym cukry: 77.58 g; Błonnik pok.: 35.03 g; Sól: 10.33 g;	Wartość energetyczna: 2638.23 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 86.30 g; Kw. tł. nasy.: 39.98 g; Węglowodany ogółem: 367.39 g; W tym cukry: 72.13 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2636.79 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 91.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 356.69 g; W tym cukry: 74.23 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2746.19 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 91.31 g; Kw. tł. nasy.: 40.05 g; Węglowodany ogółem: 378.63 g; W tym cukry: 78.50 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2581.86 kcal; Białko ogółem: 132.29 g; Tłuszcz: 126.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 239.69 g; W tym cukry: 105.92 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 2592.70 kcal; Białko ogółem: 108.58 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 70.80 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2622.83 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 87.00 g; Kw. tł. nasy.: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 369.55 g; W tym cukry: 74.81 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 2537.19 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 358.58 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2126.86 kcal; Białko ogółem: 75.37 g; Tłuszcz: 86.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 263.80 g; W tym cukry: 42.44 g; Błonnik pok.: 13.33 g; Sól: 3.17 g;	Wartość energetyczna: 2742.84 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 110.68 g; Kw. tł. nasy.: 50.42 g; Węglowodany ogółem: 346.66 g; W tym cukry: 78.30 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 9.81 g;	Wartość energetyczna: 3015.11 kcal; Białko ogółem: 109.75 g; Tłuszcz: 115.08 g; Kw. tł. nasy.: 53.88 g; Węglowodany ogółem: 397.11 g; W tym cukry: 95.49 g; Błonnik pok.: 32.89 g; Sól: 11.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-26 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Frittata z jajkiem 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)
		Wartość energetyczna: 2657.93 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 94.48 g; Kw. tł. nasy.: 46.26 g; Węglowodany ogółem: 346.35 g; W tym cukry: 68.25 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 2423.68 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 75.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 326.92 g; W tym cukry: 68.14 g; Błonnik pok.: 16.30 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2467.30 kcal; Białko ogółem: 111.67 g; Tłuszcz: 74.73 g; Kw. tł. nasy.: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 344.95 g; W tym cukry: 72.29 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2757.50 kcal; Białko ogółem: 124.22 g; Tłuszcz: 76.78 g; Kw. tł. nasy.: 37.05 g; Węglowodany ogółem: 402.96 g; W tym cukry: 76.50 g; Błonnik pok.: 27.26 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2414.62 kcal; Białko ogółem: 120.99 g; Tłuszcz: 115.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 230.60 g; W tym cukry: 109.64 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 4.20 g;	Wartość energetyczna: 2600.94 kcal; Białko ogółem: 118.27 g; Tłuszcz: 87.31 g; Kw. tł. nasy.: 37.15 g; Węglowodany ogółem: 344.54 g; W tym cukry: 63.98 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2461.62 kcal; Białko ogółem: 106.26 g; Tłuszcz: 72.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.52 g; Węglowodany ogółem: 355.55 g; W tym cukry: 73.12 g; Błonnik pok.: 25.18 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 2271.41 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 87.49 g; Kw. tł. nasy.: 46.63 g; Węglowodany ogółem: 298.37 g; W tym cukry: 68.82 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 1956.33 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz: 69.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 257.05 g; W tym cukry: 42.72 g; Błonnik pok.: 10.69 g; Sól: 2.78 g;	Wartość energetyczna: 2711.57 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Tłuszcz: 102.41 g; Kw. tł. nasy.: 43.82 g; Węglowodany ogółem: 342.96 g; W tym cukry: 64.38 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 3120.04 kcal; Białko ogółem: 123.17 g; Tłuszcz: 106.57 g; Kw. tł. nasy.: 47.28 g; Węglowodany ogółem: 421.62 g; W tym cukry: 68.37 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 10.07 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-27 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowocowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowocowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowocowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowocowa 60 g (***S02,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Marmolada wieloowocowa 60 g (***S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik () RYD 700 g (***JAJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet jaglany z serem top i pietruszką 100 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2772.69 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 101.35 g; Kw. tł. nasy.: 37.34 g; Węglowodany ogółem: 374.93 g; W tym cukry: 94.81 g; Błonnik pok.: 31.18 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2531.83 kcal; Białko ogółem: 100.00 g; Tłuszcz: 78.10 g; Kw. tł. nasy.: 35.67 g; Węglowodany ogółem: 365.86 g; W tym cukry: 77.09 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 5.79 g;	Wartość energetyczna: 2650.53 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; Tłuszcz: 84.18 g; Kw. tł. nasy.: 37.52 g; Węglowodany ogółem: 371.84 g; W tym cukry: 84.02 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2834.39 kcal; Białko ogółem: 112.29 g; Tłuszcz: 84.88 g; Kw. tł. nasy.: 37.54 g; Węglowodany ogółem: 413.62 g; W tym cukry: 88.88 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 2533.67 kcal; Białko ogółem: 129.19 g; Tłuszcz: 118.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.69 g; W tym cukry: 95.93 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2234.11 kcal; Białko ogółem: 113.03 g; Tłuszcz: 77.46 g; Kw. tł. nasy.: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 284.90 g; W tym cukry: 49.57 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2486.90 kcal; Białko ogółem: 115.62 g; Tłuszcz: 80.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 334.94 g; W tym cukry: 73.31 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2729.40 kcal; Białko ogółem: 74.33 g; Tłuszcz: 102.74 g; Kw. tł. nasy.: 39.17 g; Węglowodany ogółem: 386.53 g; W tym cukry: 94.79 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2071.19 kcal; Białko ogółem: 65.91 g; Tłuszcz: 70.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 297.60 g; W tym cukry: 52.59 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 2.86 g;	Wartość energetyczna: 2477.19 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 370.11 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2670.77 kcal; Białko ogółem: 116.72 g; Tłuszcz: 80.50 g; Kw. tł. nasy.: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 380.36 g; W tym cukry: 92.16 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 7.52 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-28 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pieś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pieś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pieś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pieś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pieś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2668.05 kcal; Białko ogółem: 104.28 g; Tłuszcz: 100.26 g; Kw. tł. nasy.: 49.99 g; Węglowodany ogółem: 345.53 g; W tym cukry: 65.45 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 9.13 g;	Wartość energetyczna: 2563.25 kcal; Białko ogółem: 103.38 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 371.01 g; W tym cukry: 79.06 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2609.13 kcal; Białko ogółem: 104.02 g; Tłuszcz: 78.89 g; Kw. tł. nasy.: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 380.43 g; W tym cukry: 88.82 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2762.31 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 78.12 g; Kw. tł. nasy.: 38.05 g; Węglowodany ogółem: 416.62 g; W tym cukry: 92.73 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2475.68 kcal; Białko ogółem: 127.87 g; Tłuszcz: 125.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 220.42 g; W tym cukry: 106.01 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 2499.08 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Tłuszcz: 90.49 g; Kw. tł. nasy.: 46.80 g; Węglowodany ogółem: 335.73 g; W tym cukry: 69.48 g; Błonnik pok.: 35.19 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2487.66 kcal; Białko ogółem: 96.52 g; Tłuszcz: 74.56 g; Kw. tł. nasy.: 37.66 g; Węglowodany ogółem: 368.82 g; W tym cukry: 84.68 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 9.80 g;	Wartość energetyczna: 2724.02 kcal; Białko ogółem: 96.83 g; Tłuszcz: 91.80 g; Kw. tł. nasy.: 46.58 g; Węglowodany ogółem: 393.94 g; W tym cukry: 72.58 g; Błonnik pok.: 40.48 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2195.05 kcal; Białko ogółem: 69.86 g; Tłuszcz: 84.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 291.26 g; W tym cukry: 49.61 g; Błonnik pok.: 16.06 g; Sól: 4.28 g;	Wartość energetyczna: 2830.11 kcal; Białko ogółem: 109.37 g; Tłuszcz: 99.30 g; Kw. tł. nasy.: 50.06 g; Węglowodany ogółem: 384.32 g; W tym cukry: 88.83 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2994.87 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 103.85 g; Kw. tł. nasy.: 53.48 g; Węglowodany ogółem: 410.31 g; W tym cukry: 101.31 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 10.41 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-29 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Rzodkiew biała 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Rzodkiew biała 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Mizeria 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe (schab) mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mizeria 100 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2260.15 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 75.78 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 318.26 g; W tym cukry: 69.20 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2195.31 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 312.59 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2724.85 kcal; Białko ogółem: 114.70 g; Tłuszcz: 85.60 g; Kw. tł. nasy.: 38.38 g; Węglowodany ogółem: 388.90 g; W tym cukry: 99.89 g; Błonnik pok.: 35.45 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2512.95 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 117.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 244.26 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2154.65 kcal; Białko ogółem: 114.55 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw. tł. nasy.: 34.04 g; Węglowodany ogółem: 288.52 g; W tym cukry: 54.92 g; Błonnik pok.: 35.34 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2340.96 kcal; Białko ogółem: 108.55 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 331.79 g; W tym cukry: 72.69 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2292.56 kcal; Białko ogółem: 66.18 g; Tłuszcz: 98.14 g; Kw. tł. nasy.: 42.28 g; Węglowodany ogółem: 292.56 g; W tym cukry: 74.63 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2031.45 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; W tym cukry: 68.42 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2378.96 kcal; Białko ogółem: 108.35 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 335.79 g; W tym cukry: 73.89 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.29 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-09-30 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki z serem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek ()z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek ()z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - wiosenna z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek ()z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek ()z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek ()z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2829.39 kcal; Białko ogółem: 107.13 g; Tłuszcz: 86.10 g; Kw. tł. nasy.: 38.95 g; Węglowodany ogółem: 417.34 g; W tym cukry: 103.68 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2264.54 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 66.53 g; Kw. tł. nasy.: 36.04 g; Węglowodany ogółem: 336.87 g; W tym cukry: 75.02 g; Błonnik pok.: 21.35 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2354.81 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 63.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.42 g; Węglowodany ogółem: 352.28 g; W tym cukry: 79.58 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2466.51 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 63.38 g; Kw. tł. nasy.: 33.98 g; Węglowodany ogółem: 376.08 g; W tym cukry: 83.79 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2493.41 kcal; Białko ogółem: 125.63 g; Tłuszcz: 122.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 232.63 g; W tym cukry: 106.99 g; Błonnik pok.: 22.39 g; Sól: 5.02 g;	Wartość energetyczna: 2231.15 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz: 69.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.55 g; Węglowodany ogółem: 316.13 g; W tym cukry: 60.59 g; Błonnik pok.: 34.38 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2272.96 kcal; Białko ogółem: 90.28 g; Tłuszcz: 60.84 g; Kw. tł. nasy.: 33.66 g; Węglowodany ogółem: 342.48 g; W tym cukry: 66.15 g; Błonnik pok.: 22.57 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2667.54 kcal; Białko ogółem: 93.69 g; Tłuszcz: 96.49 g; Kw. tł. nasy.: 38.32 g; Węglowodany ogółem: 362.11 g; W tym cukry: 71.65 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 1804.33 kcal; Białko ogółem: 48.17 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tł. nasy.: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 267.39 g; W tym cukry: 47.98 g; Błonnik pok.: 13.58 g; Sól: 2.64 g;	Wartość energetyczna: 2266.78 kcal; Białko ogółem: 69.54 g; Tłuszcz: 61.97 g; Kw. tł. nasy.: 33.53 g; Węglowodany ogółem: 361.23 g; W tym cukry: 79.88 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2454.12 kcal; Białko ogółem: 78.57 g; Tłuszcz: 66.67 g; Kw. tł. nasy.: 36.99 g; Węglowodany ogółem: 389.12 g; W tym cukry: 81.03 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 8.13 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-01 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz sojowy z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2864.07 kcal; Białko ogółem: 118.17 g; Tłuszcz: 104.41 g; Kw. tł. nasy.: 51.31 g; Węglowodany ogółem: 375.41 g; W tym cukry: 80.65 g; Błonnik pok.: 28.74 g; Sól: 6.71 g;	Wartość energetyczna: 2758.39 kcal; Białko ogółem: 121.34 g; Tłuszcz: 95.60 g; Kw. tł. nasy.: 42.61 g; Węglowodany ogółem: 363.95 g; W tym cukry: 80.22 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2732.56 kcal; Białko ogółem: 121.54 g; Tłuszcz: 85.83 g; Kw. tł. nasy.: 42.21 g; Węglowodany ogółem: 380.17 g; W tym cukry: 85.90 g; Błonnik pok.: 26.79 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 3007.26 kcal; Białko ogółem: 132.48 g; Tłuszcz: 89.29 g; Kw. tł. nasy.: 43.98 g; Węglowodany ogółem: 432.60 g; W tym cukry: 90.36 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 7.03 g;	Wartość energetyczna: 2471.18 kcal; Białko ogółem: 127.47 g; Tłuszcz: 122.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 223.27 g; W tym cukry: 103.51 g; Błonnik pok.: 18.45 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 2377.97 kcal; Białko ogółem: 115.95 g; Tłuszcz: 86.53 g; Kw. tł. nasy.: 42.11 g; Węglowodany ogółem: 301.24 g; W tym cukry: 68.20 g; Błonnik pok.: 35.55 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2437.83 kcal; Białko ogółem: 109.11 g; Tłuszcz: 78.66 g; Kw. tł. nasy.: 40.87 g; Węglowodany ogółem: 335.81 g; W tym cukry: 74.59 g; Błonnik pok.: 28.16 g; Sól: 8.68 g;	Wartość energetyczna: 2697.17 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 88.78 g; Kw. tł. nasy.: 47.46 g; Węglowodany ogółem: 372.56 g; W tym cukry: 78.34 g; Błonnik pok.: 34.47 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 2097.40 kcal; Białko ogółem: 79.32 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 258.40 g; W tym cukry: 53.20 g; Błonnik pok.: 16.15 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2801.56 kcal; Białko ogółem: 116.39 g; Tłuszcz: 96.36 g; Kw. tł. nasy.: 52.75 g; Węglowodany ogółem: 378.85 g; W tym cukry: 82.76 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2874.53 kcal; Białko ogółem: 129.09 g; Tłuszcz: 100.19 g; Kw. tł. nasy.: 54.12 g; Węglowodany ogółem: 377.20 g; W tym cukry: 81.60 g; Błonnik pok.: 29.22 g; Sól: 8.57 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-02 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2389.19 kcal; Białko ogółem: 99.00 g; Tłuszcz: 79.27 g; Kw. tł. nasy.: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 330.83 g; W tym cukry: 63.78 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 9.64 g;	Wartość energetyczna: 2312.54 kcal; Białko ogółem: 95.69 g; Tłuszcz: 68.33 g; Kw. tł. nasy.: 34.80 g; Węglowodany ogółem: 339.28 g; W tym cukry: 70.50 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2373.32 kcal; Białko ogółem: 91.13 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; W tym cukry: 99.01 g; Błonnik pok.: 25.80 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2461.77 kcal; Białko ogółem: 95.72 g; Tłuszcz: 69.16 g; Kw. tł. nasy.: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 376.54 g; W tym cukry: 108.38 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 2454.48 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 116.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 235.04 g; W tym cukry: 90.42 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2290.24 kcal; Białko ogółem: 96.54 g; Tłuszcz: 80.58 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 310.44 g; W tym cukry: 64.75 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2321.11 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 343.52 g; W tym cukry: 79.00 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sól: 9.96 g;	Wartość energetyczna: 2437.93 kcal; Białko ogółem: 98.97 g; Tłuszcz: 89.79 g; Kw. tł. nasy.: 47.95 g; Węglowodany ogółem: 318.86 g; W tym cukry: 74.03 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 1856.37 kcal; Białko ogółem: 65.27 g; Tłuszcz: 62.99 g; Kw. tł. nasy.: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 266.01 g; W tym cukry: 51.56 g; Błonnik pok.: 18.67 g; Sól: 3.83 g;	Wartość energetyczna: 2450.14 kcal; Białko ogółem: 97.04 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 44.26 g; Węglowodany ogółem: 340.18 g; W tym cukry: 89.14 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2675.88 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 86.23 g; Kw. tł. nasy.: 47.76 g; Węglowodany ogółem: 374.95 g; W tym cukry: 85.49 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 9.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-03 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka () 100 g (***GOR,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2652.34 kcal; Białko ogółem: 101.67 g; Tłuszcz: 101.24 g; Kw. tł. nasy.: 49.32 g; Węglowodany ogółem: 349.76 g; W tym cukry: 78.52 g; Błonnik pok.: 34.92 g; Sól: 10.62 g;	Wartość energetyczna: 2575.19 kcal; Białko ogółem: 106.39 g; Tłuszcz: 91.43 g; Kw. tł. nasy.: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 345.83 g; W tym cukry: 74.79 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 2606.37 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 91.20 g; Kw. tł. nasy.: 40.08 g; Węglowodany ogółem: 352.09 g; W tym cukry: 82.09 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2718.07 kcal; Białko ogółem: 112.69 g; Tłuszcz: 90.86 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 375.89 g; W tym cukry: 86.30 g; Błonnik pok.: 31.93 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 124.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 217.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2360.49 kcal; Białko ogółem: 105.56 g; Tłuszcz: 82.84 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 314.73 g; W tym cukry: 66.81 g; Błonnik pok.: 36.95 g; Sól: 8.31 g;	Wartość energetyczna: 2505.61 kcal; Białko ogółem: 100.16 g; Tłuszcz: 86.70 g; Kw. tł. nasy.: 39.18 g; Węglowodany ogółem: 342.45 g; W tym cukry: 72.52 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 2697.95 kcal; Białko ogółem: 92.36 g; Tłuszcz: 109.54 g; Kw. tł. nasy.: 46.31 g; Węglowodany ogółem: 341.04 g; W tym cukry: 74.40 g; Błonnik pok.: 35.93 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2135.99 kcal; Białko ogółem: 74.42 g; Tłuszcz: 84.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 276.57 g; W tym cukry: 49.34 g; Błonnik pok.: 20.69 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2707.07 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 106.96 g; Kw. tł. nasy.: 49.06 g; Węglowodany ogółem: 349.60 g; W tym cukry: 82.57 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2929.04 kcal; Białko ogółem: 115.62 g; Tłuszcz: 112.59 g; Kw. tł. nasy.: 50.14 g; Węglowodany ogółem: 376.64 g; W tym cukry: 81.41 g; Błonnik pok.: 33.92 g; Sól: 9.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-04 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Gruszka 150 g Dżem jagodowy 25g 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)		Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Gruszka 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos pieczarkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk)(bez glutenu) 100 g (***JAJ, RYB,***) Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2792.67 kcal; Białko ogółem: 109.31 g; Tłuszcz: 95.62 g; Kw. tł. nasy.: 38.58 g; Węglowodany ogółem: 386.65 g; W tym cukry: 125.66 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2681.52 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 90.91 g; Kw. tł. nasy.: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 378.56 g; W tym cukry: 124.57 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2725.26 kcal; Białko ogółem: 110.76 g; Tłuszcz: 90.42 g; Kw. tł. nasy.: 39.08 g; Węglowodany ogółem: 381.82 g; W tym cukry: 126.67 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2863.09 kcal; Białko ogółem: 118.60 g; Tłuszcz: 90.44 g; Kw. tł. nasy.: 38.70 g; Węglowodany ogółem: 411.11 g; W tym cukry: 132.19 g; Błonnik pok.: 35.20 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2494.93 kcal; Białko ogółem: 124.95 g; Tłuszcz: 116.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 246.57 g; W tym cukry: 106.51 g; Błonnik pok.: 17.48 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 2446.38 kcal; Białko ogółem: 109.53 g; Tłuszcz: 98.66 g; Kw. tł. nasy.: 46.07 g; Węglowodany ogółem: 300.12 g; W tym cukry: 69.84 g; Błonnik pok.: 36.57 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2582.72 kcal; Białko ogółem: 120.17 g; Tłuszcz: 93.05 g; Kw. tł. nasy.: 41.60 g; Węglowodany ogółem: 331.34 g; W tym cukry: 79.47 g; Błonnik pok.: 32.51 g; Sól: 9.54 g;	Wartość energetyczna: 2924.74 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 109.35 g; Kw. tł. nasy.: 40.81 g; Węglowodany ogółem: 398.18 g; W tym cukry: 129.70 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 5.48 g;	Wartość energetyczna: 2136.18 kcal; Białko ogółem: 51.22 g; Tłuszcz: 83.00 g; Kw. tł. nasy.: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 305.78 g; W tym cukry: 99.44 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 3.45 g;	Wartość energetyczna: 2537.37 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz: 77.93 g; Kw. tł. nasy.: 34.09 g; Węglowodany ogółem: 379.66 g; W tym cukry: 124.26 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2789.81 kcal; Białko ogółem: 124.28 g; Tłuszcz: 101.38 g; Kw. tł. nasy.: 47.45 g; Węglowodany ogółem: 362.46 g; W tym cukry: 85.42 g; Błonnik pok.: 33.28 g; Sól: 10.10 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-05 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ.***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Ser topiony 50 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ.***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ.***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wołowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ.***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ.***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ.***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL.***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (***SEL.***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ.***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ.***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE.***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE.***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE.***) Mus z jabłek () b/c 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE.***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE.***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Ser topiony 50 g (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Ser topiony 50 g (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE.***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE.***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE.***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE.***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE.***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE.***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE.***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE.***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE.***)
		Wartość energetyczna: 2699.02 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 92.38 g; Kw. tł. nasy.: 40.03 g; Węglowodany ogółem: 372.13 g; W tym cukry: 76.60 g; Błonnik pok.: 33.98 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 2546.94 kcal; Białko ogółem: 112.62 g; Tłuszcz: 78.07 g; Kw. tł. nasy.: 38.79 g; Węglowodany ogółem: 360.33 g; W tym cukry: 77.35 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 2581.19 kcal; Białko ogółem: 113.72 g; Tłuszcz: 77.80 g; Kw. tł. nasy.: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 366.09 g; W tym cukry: 74.37 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2745.49 kcal; Białko ogółem: 120.11 g; Tłuszcz: 77.17 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 405.16 g; W tym cukry: 78.57 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2447.98 kcal; Białko ogółem: 123.40 g; Tłuszcz: 122.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 223.32 g; W tym cukry: 100.45 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2513.79 kcal; Białko ogółem: 107.90 g; Tłuszcz: 86.89 g; Kw. tł. nasy.: 38.99 g; Węglowodany ogółem: 342.14 g; W tym cukry: 76.08 g; Błonnik pok.: 35.06 g; Sól: 9.07 g;	Wartość energetyczna: 2496.84 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 74.20 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 360.21 g; W tym cukry: 72.92 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2679.42 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 99.69 g; Kw. tł. nasy.: 45.59 g; Węglowodany ogółem: 377.13 g; W tym cukry: 81.48 g; Błonnik pok.: 34.73 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 2096.51 kcal; Białko ogółem: 75.11 g; Tłuszcz: 76.26 g; Kw. tł. nasy.: 32.07 g; Węglowodany ogółem: 285.05 g; W tym cukry: 49.06 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2640.69 kcal; Białko ogółem: 106.32 g; Tłuszcz: 88.80 g; Kw. tł. nasy.: 46.79 g; Węglowodany ogółem: 363.69 g; W tym cukry: 74.87 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2840.73 kcal; Białko ogółem: 113.40 g; Tłuszcz: 92.98 g; Kw. tł. nasy.: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 398.49 g; W tym cukry: 90.06 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 10.20 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-06 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Budyń z udźca kurczaka 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet z jaj 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2508.11 kcal; Białko ogółem: 121.70 g; Tłuszcz: 106.21 g; Kw. tł. nasy.: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 277.16 g; W tym cukry: 54.09 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2418.07 kcal; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 295.52 g; W tym cukry: 63.09 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2368.17 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 297.70 g; W tym cukry: 65.22 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2565.12 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 386.40 g; W tym cukry: 86.76 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2485.08 kcal; Białko ogółem: 134.01 g; Tłuszcz: 106.90 g; Kw. tł. nasy.: 50.87 g; Węglowodany ogółem: 259.14 g; W tym cukry: 43.07 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2470.43 kcal; Białko ogółem: 124.73 g; Tłuszcz: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 294.88 g; W tym cukry: 56.27 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2504.52 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 101.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 329.16 g; W tym cukry: 66.65 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2266.27 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 271.01 g; W tym cukry: 54.39 g; Błonnik pok.: 15.90 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2500.51 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; Tłuszcz: 101.19 g; Kw. tł. nasy.: 47.31 g; Węglowodany ogółem: 286.42 g; W tym cukry: 63.17 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2639.98 kcal; Białko ogółem: 136.75 g; Tłuszcz: 106.82 g; Kw. tł. nasy.: 48.39 g; Węglowodany ogółem: 292.85 g; W tym cukry: 45.03 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 10.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-07 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek ()z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ()z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ()z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ()z/c 80 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ()z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i papryki 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i papryki 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pieś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pieś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2442.97 kcal; Białko ogółem: 90.37 g; Tłuszcz: 81.51 g; Kw. tł. nasy.: 42.23 g; Węglowodany ogółem: 344.89 g; W tym cukry: 71.09 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2358.50 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 346.21 g; W tym cukry: 72.35 g; Błonnik pok.: 19.24 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2401.28 kcal; Białko ogółem: 84.86 g; Tłuszcz: 70.71 g; Kw. tł. nasy.: 37.81 g; Węglowodany ogółem: 363.45 g; W tym cukry: 88.67 g; Błonnik pok.: 18.77 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 2453.47 kcal; Białko ogółem: 89.42 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kw. tł. nasy.: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 376.95 g; W tym cukry: 91.74 g; Błonnik pok.: 19.58 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 2463.35 kcal; Białko ogółem: 126.38 g; Tłuszcz: 124.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 218.06 g; W tym cukry: 101.67 g; Błonnik pok.: 18.09 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2353.28 kcal; Białko ogółem: 91.03 g; Tłuszcz: 79.78 g; Kw. tł. nasy.: 42.85 g; Węglowodany ogółem: 329.20 g; W tym cukry: 68.26 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2417.48 kcal; Białko ogółem: 81.91 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 375.75 g; W tym cukry: 85.26 g; Błonnik pok.: 20.10 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2396.30 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 81.20 g; Kw. tł. nasy.: 44.84 g; Węglowodany ogółem: 342.07 g; W tym cukry: 67.07 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 1910.23 kcal; Białko ogółem: 52.18 g; Tłuszcz: 65.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 281.42 g; W tym cukry: 47.41 g; Błonnik pok.: 12.49 g; Sól: 2.95 g;	Wartość energetyczna: 2505.95 kcal; Białko ogółem: 74.00 g; Tłuszcz: 86.06 g; Kw. tł. nasy.: 46.14 g; Węglowodany ogółem: 367.56 g; W tym cukry: 88.76 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2794.42 kcal; Białko ogółem: 85.97 g; Tłuszcz: 92.92 g; Kw. tł. nasy.: 51.21 g; Węglowodany ogółem: 413.95 g; W tym cukry: 98.48 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sól: 9.66 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-08 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - wielowarzywna z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz z soczewicy i papryki () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jaglana na sypko 200 g Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z makreli wędzonej z warzywami *() 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z makreli wędzonej z warzywami *() 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2733.98 kcal; Białko ogółem: 111.00 g; Tłuszcz: 96.73 g; Kw. tł. nasy.: 40.59 g; Węglowodany ogółem: 370.77 g; W tym cukry: 61.18 g; Błonnik pok.: 38.54 g; Sól: 9.92 g;	Wartość energetyczna: 2466.78 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 75.41 g; Kw. tł. nasy.: 34.45 g; Węglowodany ogółem: 357.50 g; W tym cukry: 72.26 g; Błonnik pok.: 35.48 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2440.36 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Tłuszcz: 70.21 g; Kw. tł. nasy.: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 367.86 g; W tym cukry: 69.34 g; Błonnik pok.: 34.85 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2669.14 kcal; Białko ogółem: 106.65 g; Tłuszcz: 69.90 g; Kw. tł. nasy.: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 419.95 g; W tym cukry: 73.53 g; Błonnik pok.: 38.44 g; Sól: 9.17 g;	Wartość energetyczna: 2313.35 kcal; Białko ogółem: 120.17 g; Tłuszcz: 113.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 208.70 g; W tym cukry: 91.86 g; Błonnik pok.: 19.70 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2564.21 kcal; Białko ogółem: 105.23 g; Tłuszcz: 92.28 g; Kw. tł. nasy.: 39.62 g; Węglowodany ogółem: 346.52 g; W tym cukry: 66.79 g; Błonnik pok.: 41.85 g; Sól: 9.65 g;	Wartość energetyczna: 2479.46 kcal; Białko ogółem: 96.33 g; Tłuszcz: 69.07 g; Kw. tł. nasy.: 35.12 g; Węglowodany ogółem: 383.09 g; W tym cukry: 66.47 g; Błonnik pok.: 37.45 g; Sól: 11.40 g;	Wartość energetyczna: 2449.20 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 372.43 g; W tym cukry: 68.37 g; Błonnik pok.: 36.40 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2025.45 kcal; Białko ogółem: 72.90 g; Tłuszcz: 69.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.51 g; Węglowodany ogółem: 285.89 g; W tym cukry: 46.89 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sól: 3.69 g;	Wartość energetyczna: 2572.95 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 77.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 382.79 g; W tym cukry: 66.35 g; Błonnik pok.: 40.12 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2939.22 kcal; Białko ogółem: 123.99 g; Tłuszcz: 86.06 g; Kw. tł. nasy.: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 435.40 g; W tym cukry: 73.68 g; Błonnik pok.: 43.52 g; Sól: 10.16 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-09 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 350 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2592.93 kcal; Białko ogółem: 109.88 g; Tłuszcz: 93.10 g; Kw. tł. nasy.: 45.52 g; Węglowodany ogółem: 339.96 g; W tym cukry: 91.64 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 2520.90 kcal; Białko ogółem: 109.95 g; Tłuszcz: 85.64 g; Kw. tł. nasy.: 45.19 g; Węglowodany ogółem: 333.05 g; W tym cukry: 86.41 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2550.08 kcal; Białko ogółem: 96.40 g; Tłuszcz: 82.24 g; Kw. tł. nasy.: 41.88 g; Węglowodany ogółem: 363.48 g; W tym cukry: 98.15 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2659.48 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 82.07 g; Kw. tł. nasy.: 41.47 g; Węglowodany ogółem: 385.42 g; W tym cukry: 102.42 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2522.56 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 121.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 237.97 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 4.07 g;	Wartość energetyczna: 2462.23 kcal; Białko ogółem: 121.93 g; Tłuszcz: 86.35 g; Kw. tł. nasy.: 42.39 g; Węglowodany ogółem: 311.50 g; W tym cukry: 65.62 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sól: 8.96 g;	Wartość energetyczna: 2592.74 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 38.95 g; Węglowodany ogółem: 376.38 g; W tym cukry: 84.95 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 9.55 g;	Wartość energetyczna: 2394.72 kcal; Białko ogółem: 81.99 g; Tłuszcz: 88.64 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 322.38 g; W tym cukry: 100.24 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2095.08 kcal; Białko ogółem: 77.75 g; Tłuszcz: 81.56 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 264.74 g; W tym cukry: 63.84 g; Błonnik pok.: 15.70 g; Sól: 3.26 g;	Wartość energetyczna: 2733.08 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 110.82 g; Kw. tł. nasy.: 50.24 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; W tym cukry: 74.91 g; Błonnik pok.: 19.12 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 3115.73 kcal; Białko ogółem: 127.80 g; Tłuszcz: 117.90 g; Kw. tł. nasy.: 55.33 g; Węglowodany ogółem: 392.84 g; W tym cukry: 92.11 g; Błonnik pok.: 22.57 g; Sól: 11.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-10 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemn () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g (***SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2666.54 kcal; Białko ogółem: 96.87 g; Tłuszcz: 94.46 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 366.30 g; W tym cukry: 81.78 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2477.17 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 78.84 g; Kw. tł. nasy.: 37.30 g; Węglowodany ogółem: 348.50 g; W tym cukry: 80.44 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2557.04 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 78.95 g; Kw. tł. nasy.: 37.75 g; Węglowodany ogółem: 367.26 g; W tym cukry: 85.00 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2688.39 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 78.58 g; Kw. tł. nasy.: 37.32 g; Węglowodany ogółem: 395.98 g; W tym cukry: 88.59 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 2381.92 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 113.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 225.74 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 18.96 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2568.55 kcal; Białko ogółem: 110.08 g; Tłuszcz: 94.09 g; Kw. tł. nasy.: 40.24 g; Węglowodany ogółem: 328.93 g; W tym cukry: 53.37 g; Błonnik pok.: 46.74 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2580.82 kcal; Białko ogółem: 110.47 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw. tł. nasy.: 41.20 g; Węglowodany ogółem: 356.04 g; W tym cukry: 55.31 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2697.69 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 95.73 g; Kw. tł. nasy.: 42.86 g; Węglowodany ogółem: 380.30 g; W tym cukry: 86.97 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2024.59 kcal; Białko ogółem: 64.30 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 281.64 g; W tym cukry: 55.12 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sól: 2.89 g;	Wartość energetyczna: 2625.02 kcal; Białko ogółem: 98.66 g; Tłuszcz: 89.61 g; Kw. tł. nasy.: 45.06 g; Węglowodany ogółem: 365.06 g; W tym cukry: 81.59 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2963.24 kcal; Białko ogółem: 129.57 g; Tłuszcz: 102.00 g; Kw. tł. nasy.: 50.16 g; Węglowodany ogółem: 392.58 g; W tym cukry: 60.06 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sól: 10.11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-11 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Śliwka 180 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Śliwka 180 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Warzywa po grecku (bez glutenu)() 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2858.58 kcal; Białko ogółem: 106.02 g; Tłuszcz: 107.34 g; Kw. tł. nasy.: 41.66 g; Węglowodany ogółem: 376.68 g; W tym cukry: 83.84 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2711.77 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 89.40 g; Kw. tł. nasy.: 40.53 g; Węglowodany ogółem: 381.45 g; W tym cukry: 91.65 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2815.00 kcal; Białko ogółem: 114.84 g; Tłuszcz: 95.88 g; Kw. tł. nasy.: 42.48 g; Węglowodany ogółem: 384.53 g; W tym cukry: 93.80 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2969.88 kcal; Białko ogółem: 118.00 g; Tłuszcz: 95.91 g; Kw. tł. nasy.: 42.42 g; Węglowodany ogółem: 421.41 g; W tym cukry: 98.37 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 2563.99 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 123.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2507.90 kcal; Białko ogółem: 125.68 g; Tłuszcz: 98.37 g; Kw. tł. nasy.: 41.60 g; Węglowodany ogółem: 296.66 g; W tym cukry: 63.29 g; Błonnik pok.: 35.32 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2730.67 kcal; Białko ogółem: 127.33 g; Tłuszcz: 95.48 g; Kw. tł. nasy.: 43.21 g; Węglowodany ogółem: 353.45 g; W tym cukry: 80.60 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 9.69 g;	Wartość energetyczna: 2663.96 kcal; Białko ogółem: 86.55 g; Tłuszcz: 90.87 g; Kw. tł. nasy.: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 384.72 g; W tym cukry: 84.07 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2218.10 kcal; Białko ogółem: 69.87 g; Tłuszcz: 80.68 g; Kw. tł. nasy.: 32.81 g; Węglowodany ogółem: 310.34 g; W tym cukry: 63.30 g; Błonnik pok.: 20.05 g; Sól: 3.11 g;	Wartość energetyczna: 2621.26 kcal; Białko ogółem: 99.65 g; Tłuszcz: 84.23 g; Kw. tł. nasy.: 38.77 g; Węglowodany ogółem: 377.84 g; W tym cukry: 93.71 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2942.94 kcal; Białko ogółem: 128.79 g; Tłuszcz: 92.56 g; Kw. tł. nasy.: 44.29 g; Węglowodany ogółem: 412.42 g; W tym cukry: 109.01 g; Błonnik pok.: 31.27 g; Sól: 9.48 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-12 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana ()RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz sojowy z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z ryżu i brokułów-dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka z ryżu i brokułów-dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka z ryżu i brokułów-dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka z ryżu i brokułów-dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2856.69 kcal; Białko ogółem: 110.04 g; Tłuszcz: 105.64 g; Kw. tł. nasy.: 43.04 g; Węglowodany ogółem: 375.51 g; W tym cukry: 88.84 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 11.99 g;	Wartość energetyczna: 2563.53 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 375.52 g; W tym cukry: 86.84 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2561.11 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 34.21 g; Węglowodany ogółem: 396.38 g; W tym cukry: 106.71 g; Błonnik pok.: 26.43 g; Sól: 8.74 g;	Wartość energetyczna: 2685.92 kcal; Białko ogółem: 102.71 g; Tłuszcz: 67.72 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 429.57 g; W tym cukry: 112.36 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2443.39 kcal; Białko ogółem: 120.59 g; Tłuszcz: 115.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 238.44 g; W tym cukry: 113.69 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 4.82 g;	Wartość energetyczna: 2539.20 kcal; Białko ogółem: 111.69 g; Tłuszcz: 92.54 g; Kw. tł. nasy.: 38.30 g; Węglowodany ogółem: 329.03 g; W tym cukry: 64.66 g; Błonnik pok.: 33.42 g; Sól: 9.82 g;	Wartość energetyczna: 2550.67 kcal; Białko ogółem: 108.32 g; Tłuszcz: 71.25 g; Kw. tł. nasy.: 36.95 g; Węglowodany ogółem: 379.84 g; W tym cukry: 73.40 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sól: 11.37 g;	Wartość energetyczna: 2547.02 kcal; Białko ogółem: 101.98 g; Tłuszcz: 80.73 g; Kw. tł. nasy.: 39.90 g; Węglowodany ogółem: 358.41 g; W tym cukry: 86.80 g; Błonnik pok.: 36.77 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2071.09 kcal; Białko ogółem: 64.68 g; Tłuszcz: 73.50 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; Węglowodany ogółem: 291.73 g; W tym cukry: 60.40 g; Błonnik pok.: 16.26 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 2569.43 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 79.59 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 374.83 g; W tym cukry: 114.80 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2876.65 kcal; Białko ogółem: 126.87 g; Tłuszcz: 92.42 g; Kw. tł. nasy.: 46.67 g; Węglowodany ogółem: 394.67 g; W tym cukry: 93.27 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sól: 12.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-13 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso (schab) mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***)
		Wartość energetyczna: 2357.41 kcal; Białko ogółem: 91.09 g; Tłuszcz: 67.55 g; Kw. tł. nasy.: 39.92 g; Węglowodany ogółem: 313.07 g; W tym cukry: 68.02 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2005.76 kcal; Białko ogółem: 100.23 g; Tłuszcz: 56.14 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 277.87 g; W tym cukry: 51.71 g; Błonnik pok.: 16.69 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2119.09 kcal; Białko ogółem: 96.81 g; Tłuszcz: 60.10 g; Kw. tł. nasy.: 30.11 g; Węglowodany ogółem: 309.80 g; W tym cukry: 65.32 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2607.45 kcal; Białko ogółem: 110.62 g; Tłuszcz: 75.64 g; Kw. tł. nasy.: 33.88 g; Węglowodany ogółem: 384.30 g; W tym cukry: 85.29 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2465.95 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 114.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 240.94 g; W tym cukry: 91.79 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2273.61 kcal; Białko ogółem: 120.85 g; Tłuszcz: 78.77 g; Kw. tł. nasy.: 44.62 g; Węglowodany ogółem: 283.13 g; W tym cukry: 38.40 g; Błonnik pok.: 32.67 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 2317.44 kcal; Białko ogółem: 112.13 g; Tłuszcz: 66.92 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 329.51 g; W tym cukry: 42.19 g; Błonnik pok.: 34.53 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 2259.16 kcal; Białko ogółem: 74.78 g; Tłuszcz: 84.32 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 314.01 g; W tym cukry: 67.34 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sól: 5.65 g;	Wartość energetyczna: 1831.02 kcal; Białko ogółem: 78.77 g; Tłuszcz: 57.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 247.52 g; W tym cukry: 42.91 g; Błonnik pok.: 11.45 g; Sól: 3.10 g;	Wartość energetyczna: 2166.73 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 40.02 g; Węglowodany ogółem: 292.28 g; W tym cukry: 51.47 g; Błonnik pok.: 18.81 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2403.08 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; Tłuszcz: 78.82 g; Kw. tł. nasy.: 47.13 g; Węglowodany ogółem: 315.99 g; W tym cukry: 29.54 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 10.25 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-14 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-14 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka () 200 g (***MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka () 200 g (***MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g (***SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 100 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Roszponka 10 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 100 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2393.18 kcal; Białko ogółem: 88.29 g; Tłuszcz: 73.90 g; Kw. tł. nasy.: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 359.63 g; W tym cukry: 87.51 g; Błonnik pok.: 39.83 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2368.04 kcal; Białko ogółem: 87.49 g; Tłuszcz: 73.51 g; Kw. tł. nasy.: 34.89 g; Węglowodany ogółem: 352.46 g; W tym cukry: 100.40 g; Błonnik pok.: 34.51 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 2406.94 kcal; Białko ogółem: 97.10 g; Tłuszcz: 74.31 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 350.37 g; W tym cukry: 97.14 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2516.34 kcal; Białko ogółem: 104.04 g; Tłuszcz: 74.14 g; Kw. tł. nasy.: 35.60 g; Węglowodany ogółem: 372.31 g; W tym cukry: 101.41 g; Błonnik pok.: 33.34 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 2520.86 kcal; Białko ogółem: 127.89 g; Tłuszcz: 117.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.48 g; W tym cukry: 96.98 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2284.90 kcal; Białko ogółem: 89.44 g; Tłuszcz: 72.71 g; Kw. tł. nasy.: 36.21 g; Węglowodany ogółem: 336.33 g; W tym cukry: 76.19 g; Błonnik pok.: 43.37 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2418.55 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 72.57 g; Kw. tł. nasy.: 36.28 g; Węglowodany ogółem: 358.60 g; W tym cukry: 85.66 g; Błonnik pok.: 32.58 g; Sól: 10.35 g;	Wartość energetyczna: 2471.43 kcal; Białko ogółem: 89.50 g; Tłuszcz: 83.60 g; Kw. tł. nasy.: 45.94 g; Węglowodany ogółem: 356.07 g; W tym cukry: 87.67 g; Błonnik pok.: 37.45 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2135.54 kcal; Białko ogółem: 67.72 g; Tłuszcz: 73.46 g; Kw. tł. nasy.: 31.91 g; Węglowodany ogółem: 306.79 g; W tym cukry: 82.01 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2437.55 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz: 84.04 g; Kw. tł. nasy.: 42.20 g; Węglowodany ogółem: 353.93 g; W tym cukry: 99.83 g; Błonnik pok.: 35.37 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2768.05 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 92.32 g; Kw. tł. nasy.: 44.89 g; Węglowodany ogółem: 398.04 g; W tym cukry: 98.69 g; Błonnik pok.: 38.78 g; Sól: 12.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-14 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-15 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso wieprzowe (szynka) mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino ()RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z warzywami i serem żółtym* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Dynia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Gruszka 1szt. 150 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)				Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Płynna odżywcza - ziemniaczana ()RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2678.34 kcal; Białko ogółem: 123.87 g; Tłuszcz: 89.40 g; Kw. tł. nasy.: 41.62 g; Węglowodany ogółem: 350.35 g; W tym cukry: 64.84 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 2632.22 kcal; Białko ogółem: 117.67 g; Tłuszcz: 79.63 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 366.29 g; W tym cukry: 72.85 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2700.50 kcal; Białko ogółem: 117.52 g; Tłuszcz: 79.82 g; Kw. tł. nasy.: 39.23 g; Węglowodany ogółem: 380.71 g; W tym cukry: 85.81 g; Błonnik pok.: 21.08 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 3053.44 kcal; Białko ogółem: 127.78 g; Tłuszcz: 89.85 g; Kw. tł. nasy.: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 438.72 g; W tym cukry: 90.02 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 8.24 g;	Wartość energetyczna: 2479.59 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 122.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 226.61 g; W tym cukry: 108.41 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2242.50 kcal; Białko ogółem: 114.74 g; Tłuszcz: 76.08 g; Kw. tł. nasy.: 38.75 g; Węglowodany ogółem: 282.94 g; W tym cukry: 55.91 g; Błonnik pok.: 34.89 g; Sól: 9.13 g;	Wartość energetyczna: 2536.81 kcal; Białko ogółem: 115.93 g; Tłuszcz: 77.96 g; Kw. tł. nasy.: 40.68 g; Węglowodany ogółem: 347.60 g; W tym cukry: 78.44 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 9.68 g;	Wartość energetyczna: 2686.51 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 102.12 g; Kw. tł. nasy.: 52.26 g; Węglowodany ogółem: 363.05 g; W tym cukry: 65.81 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2247.58 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 78.13 g; Kw. tł. nasy.: 36.59 g; Węglowodany ogółem: 298.18 g; W tym cukry: 63.51 g; Błonnik pok.: 16.07 g; Sól: 4.72 g;	Wartość energetyczna: 2798.00 kcal; Białko ogółem: 121.47 g; Tłuszcz: 87.44 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 383.56 g; W tym cukry: 86.09 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2944.05 kcal; Białko ogółem: 134.39 g; Tłuszcz: 92.87 g; Kw. tł. nasy.: 46.98 g; Węglowodany ogółem: 397.51 g; W tym cukry: 96.68 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 9.78 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-14 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-16 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw () 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2685.30 kcal; Białko ogółem: 101.33 g; Tłuszcz: 95.35 g; Kw. tł. nasy.: 43.96 g; Węglowodany ogółem: 370.49 g; W tym cukry: 96.49 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sól: 8.07 g;	Wartość energetyczna: 2329.56 kcal; Białko ogółem: 96.65 g; Tłuszcz: 63.59 g; Kw. tł. nasy.: 32.70 g; Węglowodany ogółem: 355.92 g; W tym cukry: 97.10 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2324.34 kcal; Białko ogółem: 98.71 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 351.04 g; W tym cukry: 84.74 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.90 g;	Wartość energetyczna: 2455.69 kcal; Białko ogółem: 104.59 g; Tłuszcz: 62.74 g; Kw. tł. nasy.: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 379.76 g; W tym cukry: 88.33 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2534.91 kcal; Białko ogółem: 124.85 g; Tłuszcz: 120.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 110.92 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2466.06 kcal; Białko ogółem: 105.43 g; Tłuszcz: 82.40 g; Kw. tł. nasy.: 42.51 g; Węglowodany ogółem: 346.38 g; W tym cukry: 76.87 g; Błonnik pok.: 36.74 g; Sól: 9.38 g;	Wartość energetyczna: 2278.47 kcal; Białko ogółem: 92.85 g; Tłuszcz: 59.24 g; Kw. tł. nasy.: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 355.34 g; W tym cukry: 80.88 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 9.02 g;	Wartość energetyczna: 2516.29 kcal; Białko ogółem: 94.51 g; Tłuszcz: 83.89 g; Kw. tł. nasy.: 41.56 g; Węglowodany ogółem: 363.33 g; W tym cukry: 108.70 g; Błonnik pok.: 34.87 g; Sól: 5.49 g;	Wartość energetyczna: 2204.44 kcal; Białko ogółem: 79.95 g; Tłuszcz: 66.44 g; Kw. tł. nasy.: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 328.21 g; W tym cukry: 90.97 g; Błonnik pok.: 20.49 g; Sól: 4.51 g;	Wartość energetyczna: 2324.34 kcal; Białko ogółem: 98.71 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 351.04 g; W tym cukry: 84.74 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.90 g;	Wartość energetyczna: 2572.68 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 68.12 g; Kw. tł. nasy.: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 394.93 g; W tym cukry: 99.50 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sól: 9.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-14 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-17 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Jabłko pieczone 150 g				Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z cukini z kiełbasą 200 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko 200 g Leczo wegetariańskie 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2811.55 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz: 111.22 g; Kw. tł. nasy.: 41.93 g; Węglowodany ogółem: 368.69 g; W tym cukry: 80.97 g; Błonnik pok.: 33.54 g; Sól: 8.85 g;	Wartość energetyczna: 2442.55 kcal; Białko ogółem: 99.33 g; Tłuszcz: 66.98 g; Kw. tł. nasy.: 34.71 g; Węglowodany ogółem: 370.49 g; W tym cukry: 77.56 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2470.15 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 66.64 g; Kw. tł. nasy.: 34.59 g; Węglowodany ogółem: 376.73 g; W tym cukry: 84.92 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2579.55 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 66.47 g; Kw. tł. nasy.: 34.18 g; Węglowodany ogółem: 398.67 g; W tym cukry: 89.19 g; Błonnik pok.: 27.79 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 2505.34 kcal; Białko ogółem: 126.18 g; Tłuszcz: 117.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 109.30 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2228.39 kcal; Białko ogółem: 92.37 g; Tłuszcz: 72.21 g; Kw. tł. nasy.: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 313.48 g; W tym cukry: 44.54 g; Błonnik pok.: 38.21 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2367.06 kcal; Białko ogółem: 83.34 g; Tłuszcz: 69.86 g; Kw. tł. nasy.: 32.18 g; Węglowodany ogółem: 364.50 g; W tym cukry: 73.27 g; Błonnik pok.: 37.20 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2908.85 kcal; Białko ogółem: 84.14 g; Tłuszcz: 121.52 g; Kw. tł. nasy.: 39.53 g; Węglowodany ogółem: 375.69 g; W tym cukry: 81.42 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2261.90 kcal; Białko ogółem: 77.24 g; Tłuszcz: 68.05 g; Kw. tł. nasy.: 31.71 g; Węglowodany ogółem: 339.04 g; W tym cukry: 71.21 g; Błonnik pok.: 22.10 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2541.72 kcal; Białko ogółem: 88.63 g; Tłuszcz: 80.72 g; Kw. tł. nasy.: 40.99 g; Węglowodany ogółem: 373.39 g; W tym cukry: 81.99 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2633.49 kcal; Białko ogółem: 92.82 g; Tłuszcz: 82.04 g; Kw. tł. nasy.: 42.06 g; Węglowodany ogółem: 389.72 g; W tym cukry: 63.84 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 8.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-14 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-18 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Śliwka 180 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza gryczana na mleku 400 g (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obniżonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Śliwka 180 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem. (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2842.59 kcal; Białko ogółem: 115.50 g; Tłuszcz: 100.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.92 g; Węglowodany ogółem: 379.14 g; W tym cukry: 114.05 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2570.05 kcal; Białko ogółem: 114.59 g; Tłuszcz: 84.49 g; Kw. tł. nasy.: 39.88 g; Węglowodany ogółem: 345.92 g; W tym cukry: 100.48 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2673.27 kcal; Białko ogółem: 123.00 g; Tłuszcz: 90.97 g; Kw. tł. nasy.: 41.83 g; Węglowodany ogółem: 349.01 g; W tym cukry: 102.63 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2836.53 kcal; Białko ogółem: 124.81 g; Tłuszcz: 90.62 g; Kw. tł. nasy.: 41.44 g; Węglowodany ogółem: 390.00 g; W tym cukry: 106.50 g; Błonnik pok.: 28.46 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2602.65 kcal; Białko ogółem: 131.00 g; Tłuszcz: 124.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 249.78 g; W tym cukry: 108.95 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 2482.14 kcal; Białko ogółem: 122.26 g; Tłuszcz: 95.49 g; Kw. tł. nasy.: 49.06 g; Węglowodany ogółem: 300.06 g; W tym cukry: 70.76 g; Błonnik pok.: 33.29 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2604.95 kcal; Białko ogółem: 130.81 g; Tłuszcz: 92.04 g; Kw. tł. nasy.: 42.85 g; Węglowodany ogółem: 323.87 g; W tym cukry: 70.55 g; Błonnik pok.: 26.48 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2871.46 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 108.03 g; Kw. tł. nasy.: 42.76 g; Węglowodany ogółem: 381.36 g; W tym cukry: 116.48 g; Błonnik pok.: 31.22 g; Sól: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 2398.62 kcal; Białko ogółem: 92.79 g; Tłuszcz: 86.03 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 315.34 g; W tym cukry: 90.43 g; Błonnik pok.: 18.41 g; Sól: 3.24 g;	Wartość energetyczna: 2499.94 kcal; Białko ogółem: 107.72 g; Tłuszcz: 79.32 g; Kw. tł. nasy.: 38.13 g; Węglowodany ogółem: 347.27 g; W tym cukry: 101.93 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2846.38 kcal; Białko ogółem: 137.37 g; Tłuszcz: 102.57 g; Kw. tł. nasy.: 51.49 g; Węglowodany ogółem: 357.16 g; W tym cukry: 81.63 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 9.79 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-14 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-19 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Musztarda 20 g (***GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z warzywami i soczewicą wegetariańskie () 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 200 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2868.35 kcal; Białko ogółem: 117.40 g; Tłuszcz: 105.81 g; Kw. tł. nasy.: 42.85 g; Węglowodany ogółem: 375.48 g; W tym cukry: 80.55 g; Błonnik pok.: 35.02 g; Sól: 10.40 g;	Wartość energetyczna: 2519.27 kcal; Białko ogółem: 98.47 g; Tłuszcz: 85.12 g; Kw. tł. nasy.: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 353.04 g; W tym cukry: 84.77 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2493.35 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 74.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 368.99 g; W tym cukry: 106.27 g; Błonnik pok.: 30.75 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2637.63 kcal; Białko ogółem: 102.68 g; Tłuszcz: 74.83 g; Kw. tł. nasy.: 33.81 g; Węglowodany ogółem: 402.06 g; W tym cukry: 109.36 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2497.92 kcal; Białko ogółem: 122.44 g; Tłuszcz: 116.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 249.98 g; W tym cukry: 110.62 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2372.43 kcal; Białko ogółem: 111.72 g; Tłuszcz: 82.93 g; Kw. tł. nasy.: 36.41 g; Węglowodany ogółem: 312.26 g; W tym cukry: 61.28 g; Błonnik pok.: 36.98 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 2477.44 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; Tłuszcz: 85.12 g; Kw. tł. nasy.: 36.66 g; Węglowodany ogółem: 339.20 g; W tym cukry: 69.48 g; Błonnik pok.: 34.40 g; Sól: 9.29 g;	Wartość energetyczna: 2527.66 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 83.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 374.40 g; W tym cukry: 84.63 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2490.57 kcal; Białko ogółem: 88.23 g; Tłuszcz: 87.23 g; Kw. tł. nasy.: 33.15 g; Węglowodany ogółem: 344.29 g; W tym cukry: 79.04 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 5.05 g;	Wartość energetyczna: 2637.33 kcal; Białko ogółem: 106.90 g; Tłuszcz: 84.35 g; Kw. tł. nasy.: 36.50 g; Węglowodany ogółem: 374.36 g; W tym cukry: 106.28 g; Błonnik pok.: 31.03 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2806.81 kcal; Białko ogółem: 117.79 g; Tłuszcz: 87.89 g; Kw. tł. nasy.: 39.54 g; Węglowodany ogółem: 400.35 g; W tym cukry: 98.07 g; Błonnik pok.: 38.82 g; Sól: 8.31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-14 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-20 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Salami kiełbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewająca, wędzona. 50 g (***SOJ, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (***SOJ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2381.45 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 93.87 g; Kw. tł. nasy.: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 287.43 g; W tym cukry: 65.97 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2148.81 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 270.64 g; W tym cukry: 55.41 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2036.68 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 301.66 g; W tym cukry: 59.91 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2484.77 kcal; Białko ogółem: 113.84 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 362.55 g; W tym cukry: 80.58 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2553.15 kcal; Białko ogółem: 126.73 g; Tłuszcz: 120.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 109.32 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2326.55 kcal; Białko ogółem: 120.38 g; Tłuszcz: 82.76 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 288.05 g; W tym cukry: 65.24 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2224.15 kcal; Białko ogółem: 94.04 g; Tłuszcz: 62.07 g; Kw. tł. nasy.: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 333.51 g; W tym cukry: 65.05 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2140.48 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 293.50 g; W tym cukry: 65.60 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 1994.77 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 244.95 g; W tym cukry: 46.75 g; Błonnik pok.: 16.16 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2238.22 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 84.52 g; Kw. tł. nasy.: 42.62 g; Węglowodany ogółem: 282.57 g; W tym cukry: 52.30 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2460.19 kcal; Białko ogółem: 112.37 g; Tłuszcz: 90.15 g; Kw. tł. nasy.: 43.69 g; Węglowodany ogółem: 309.61 g; W tym cukry: 51.14 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 9.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-14 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-21 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2431.15 kcal; Białko ogółem: 86.66 g; Tłuszcz: 74.57 g; Kw. tł. nasy.: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 361.91 g; W tym cukry: 75.73 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2403.91 kcal; Białko ogółem: 83.51 g; Tłuszcz: 73.00 g; Kw. tł. nasy.: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 362.82 g; W tym cukry: 77.34 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2450.26 kcal; Białko ogółem: 84.20 g; Tłuszcz: 72.95 g; Kw. tł. nasy.: 38.10 g; Węglowodany ogółem: 372.33 g; W tym cukry: 87.13 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2495.40 kcal; Białko ogółem: 89.71 g; Tłuszcz: 72.56 g; Kw. tł. nasy.: 37.66 g; Węglowodany ogółem: 380.62 g; W tym cukry: 91.40 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2571.78 kcal; Białko ogółem: 131.17 g; Tłuszcz: 123.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 110.22 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 2111.00 kcal; Białko ogółem: 83.24 g; Tłuszcz: 72.28 g; Kw. tł. nasy.: 37.76 g; Węglowodany ogółem: 294.03 g; W tym cukry: 47.51 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2226.86 kcal; Białko ogółem: 77.83 g; Tłuszcz: 70.45 g; Kw. tł. nasy.: 37.50 g; Węglowodany ogółem: 329.80 g; W tym cukry: 58.43 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 2460.93 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz: 83.03 g; Kw. tł. nasy.: 47.85 g; Węglowodany ogółem: 355.81 g; W tym cukry: 71.56 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2258.72 kcal; Białko ogółem: 64.47 g; Tłuszcz: 74.88 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 336.75 g; W tym cukry: 69.06 g; Błonnik pok.: 17.44 g; Sól: 3.14 g;	Wartość energetyczna: 2541.10 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kw. tł. nasy.: 45.94 g; Węglowodany ogółem: 386.05 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2538.84 kcal; Białko ogółem: 88.77 g; Tłuszcz: 82.33 g; Kw. tł. nasy.: 49.35 g; Węglowodany ogółem: 370.56 g; W tym cukry: 67.49 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 9.56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-14 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-22 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ.***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Tofu 50 g (***SOJ.***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE.***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE.***)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ.***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (***SEL.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ.***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso drobiowe (filet z kurczaka) mielone 100 g (***GLU PSZ.***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ.***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ.***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ.***) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ.***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE.***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (***SEL.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (bez glutenu) 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ.***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE.***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE.***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE.***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE.***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2275.13 kcal; Białko ogółem: 105.19 g; Tłuszcz: 69.63 g; Kw. tł. nasy.: 33.67 g; Węglowodany ogółem: 320.40 g; W tym cukry: 60.59 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2242.51 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 67.68 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 320.92 g; W tym cukry: 65.78 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2455.29 kcal; Białko ogółem: 108.13 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw. tł. nasy.: 37.46 g; Węglowodany ogółem: 346.88 g; W tym cukry: 74.89 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2670.56 kcal; Białko ogółem: 115.47 g; Tłuszcz: 83.25 g; Kw. tł. nasy.: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 377.41 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 34.69 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2513.58 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 118.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; W tym cukry: 96.00 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2084.23 kcal; Białko ogółem: 101.56 g; Tłuszcz: 64.75 g; Kw. tł. nasy.: 32.21 g; Węglowodany ogółem: 290.06 g; W tym cukry: 52.20 g; Błonnik pok.: 35.97 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2358.37 kcal; Białko ogółem: 102.04 g; Tłuszcz: 71.33 g; Kw. tł. nasy.: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 338.05 g; W tym cukry: 63.39 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2409.15 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; Tłuszcz: 96.59 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 318.41 g; W tym cukry: 77.97 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2071.15 kcal; Białko ogółem: 77.85 g; Tłuszcz: 68.06 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 294.18 g; W tym cukry: 56.84 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sól: 4.01 g;	Wartość energetyczna: 2334.79 kcal; Białko ogółem: 101.48 g; Tłuszcz: 67.83 g; Kw. tł. nasy.: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 341.18 g; W tym cukry: 74.89 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 2556.76 kcal; Białko ogółem: 118.32 g; Tłuszcz: 73.46 g; Kw. tł. nasy.: 34.53 g; Węglowodany ogółem: 368.23 g; W tym cukry: 73.73 g; Błonnik pok.: 36.28 g; Sól: 8.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-14 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-23 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2798.75 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 112.51 g; Kw. tł. nasy.: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 357.82 g; W tym cukry: 74.56 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sól: 10.68 g;	Wartość energetyczna: 2638.23 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 86.30 g; Kw. tł. nasy.: 39.98 g; Węglowodany ogółem: 367.39 g; W tym cukry: 72.13 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2636.79 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 91.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 356.69 g; W tym cukry: 74.23 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2746.19 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 91.31 g; Kw. tł. nasy.: 40.05 g; Węglowodany ogółem: 378.63 g; W tym cukry: 78.50 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2581.86 kcal; Białko ogółem: 132.29 g; Tłuszcz: 126.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 239.69 g; W tym cukry: 105.92 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 2592.70 kcal; Białko ogółem: 108.58 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 70.80 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2622.83 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 87.00 g; Kw. tł. nasy.: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 369.55 g; W tym cukry: 74.81 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 2537.19 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 358.58 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2424.19 kcal; Białko ogółem: 88.84 g; Tłuszcz: 93.22 g; Kw. tł. nasy.: 38.22 g; Węglowodany ogółem: 307.78 g; W tym cukry: 61.11 g; Błonnik pok.: 15.53 g; Sól: 4.02 g;	Wartość energetyczna: 2727.69 kcal; Białko ogółem: 100.62 g; Tłuszcz: 110.65 g; Kw. tł. nasy.: 50.42 g; Węglowodany ogółem: 343.15 g; W tym cukry: 75.28 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Sól: 10.16 g;	Wartość energetyczna: 2999.96 kcal; Białko ogółem: 109.13 g; Tłuszcz: 115.05 g; Kw. tł. nasy.: 53.88 g; Węglowodany ogółem: 393.60 g; W tym cukry: 92.47 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 11.69 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-14 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-24 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Frittata z jajkiem 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)
		Wartość energetyczna: 2657.93 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 94.48 g; Kw. tł. nasy.: 46.26 g; Węglowodany ogółem: 346.35 g; W tym cukry: 68.25 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 2423.68 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 75.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 326.92 g; W tym cukry: 68.14 g; Błonnik pok.: 16.30 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2467.30 kcal; Białko ogółem: 111.67 g; Tłuszcz: 74.73 g; Kw. tł. nasy.: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 344.95 g; W tym cukry: 72.29 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2757.50 kcal; Białko ogółem: 124.22 g; Tłuszcz: 76.78 g; Kw. tł. nasy.: 37.05 g; Węglowodany ogółem: 402.96 g; W tym cukry: 76.50 g; Błonnik pok.: 27.26 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2414.62 kcal; Białko ogółem: 120.99 g; Tłuszcz: 115.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 230.60 g; W tym cukry: 109.64 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 4.20 g;	Wartość energetyczna: 2600.94 kcal; Białko ogółem: 118.27 g; Tłuszcz: 87.31 g; Kw. tł. nasy.: 37.15 g; Węglowodany ogółem: 344.54 g; W tym cukry: 63.98 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2461.62 kcal; Białko ogółem: 106.26 g; Tłuszcz: 72.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.52 g; Węglowodany ogółem: 355.55 g; W tym cukry: 73.12 g; Błonnik pok.: 25.18 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 2271.41 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 87.49 g; Kw. tł. nasy.: 46.63 g; Węglowodany ogółem: 298.37 g; W tym cukry: 68.82 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 2241.33 kcal; Białko ogółem: 87.11 g; Tłuszcz: 76.32 g; Kw. tł. nasy.: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 299.69 g; W tym cukry: 59.12 g; Błonnik pok.: 11.49 g; Sól: 3.16 g;	Wartość energetyczna: 2711.57 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Tłuszcz: 102.41 g; Kw. tł. nasy.: 43.82 g; Węglowodany ogółem: 342.96 g; W tym cukry: 64.38 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 3120.04 kcal; Białko ogółem: 123.17 g; Tłuszcz: 106.57 g; Kw. tł. nasy.: 47.28 g; Węglowodany ogółem: 421.62 g; W tym cukry: 68.37 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 10.07 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-14 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-25 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy wysokosłodzony 25g 2 szt Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy wysokosłodzony 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy wysokosłodzony 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy wysokosłodzony 25g 2 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy wysokosłodzony 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik () RYD 700 g (***JAJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet jaglany z serem top i pietruszką 100 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2772.69 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 101.35 g; Kw. tł. nasy.: 37.34 g; Węglowodany ogółem: 374.93 g; W tym cukry: 94.81 g; Błonnik pok.: 31.18 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2530.43 kcal; Białko ogółem: 99.86 g; Tłuszcz: 77.54 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 368.36 g; W tym cukry: 107.59 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 2649.13 kcal; Białko ogółem: 108.02 g; Tłuszcz: 83.62 g; Kw. tł. nasy.: 36.86 g; Węglowodany ogółem: 374.34 g; W tym cukry: 114.52 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2832.99 kcal; Białko ogółem: 112.15 g; Tłuszcz: 84.32 g; Kw. tł. nasy.: 36.88 g; Węglowodany ogółem: 416.12 g; W tym cukry: 119.38 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2533.67 kcal; Białko ogółem: 129.19 g; Tłuszcz: 118.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.69 g; W tym cukry: 95.93 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2234.11 kcal; Białko ogółem: 113.03 g; Tłuszcz: 77.46 g; Kw. tł. nasy.: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 284.90 g; W tym cukry: 49.57 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2486.90 kcal; Białko ogółem: 115.62 g; Tłuszcz: 80.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 334.94 g; W tym cukry: 73.31 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2729.40 kcal; Białko ogółem: 74.33 g; Tłuszcz: 102.74 g; Kw. tł. nasy.: 39.17 g; Węglowodany ogółem: 386.53 g; W tym cukry: 94.79 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2367.13 kcal; Białko ogółem: 79.24 g; Tłuszcz: 76.88 g; Kw. tł. nasy.: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 344.07 g; W tym cukry: 101.76 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sól: 3.66 g;	Wartość energetyczna: 2475.79 kcal; Białko ogółem: 92.73 g; Tłuszcz: 71.97 g; Kw. tł. nasy.: 33.16 g; Węglowodany ogółem: 372.61 g; W tym cukry: 113.82 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 2670.77 kcal; Białko ogółem: 116.72 g; Tłuszcz: 80.50 g; Kw. tł. nasy.: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 380.36 g; W tym cukry: 92.16 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 7.52 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-14 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-26 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2668.05 kcal; Białko ogółem: 104.28 g; Tłuszcz: 100.26 g; Kw. tł. nasy.: 49.99 g; Węglowodany ogółem: 345.53 g; W tym cukry: 65.45 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 9.13 g;	Wartość energetyczna: 2578.43 kcal; Białko ogółem: 103.82 g; Tłuszcz: 79.12 g; Kw. tł. nasy.: 38.65 g; Węglowodany ogółem: 374.26 g; W tym cukry: 81.56 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2609.13 kcal; Białko ogółem: 104.02 g; Tłuszcz: 78.89 g; Kw. tł. nasy.: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 380.43 g; W tym cukry: 88.82 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2762.31 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 78.12 g; Kw. tł. nasy.: 38.05 g; Węglowodany ogółem: 416.62 g; W tym cukry: 92.73 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2475.68 kcal; Białko ogółem: 127.87 g; Tłuszcz: 125.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 220.42 g; W tym cukry: 106.01 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 2495.09 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Tłuszcz: 90.49 g; Kw. tł. nasy.: 46.80 g; Węglowodany ogółem: 334.73 g; W tym cukry: 68.48 g; Błonnik pok.: 35.19 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2487.66 kcal; Białko ogółem: 96.52 g; Tłuszcz: 74.56 g; Kw. tł. nasy.: 37.66 g; Węglowodany ogółem: 368.82 g; W tym cukry: 84.68 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 9.80 g;	Wartość energetyczna: 2724.02 kcal; Białko ogółem: 96.83 g; Tłuszcz: 91.80 g; Kw. tł. nasy.: 46.58 g; Węglowodany ogółem: 393.94 g; W tym cukry: 72.58 g; Błonnik pok.: 40.48 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2473.00 kcal; Białko ogółem: 83.78 g; Tłuszcz: 91.42 g; Kw. tł. nasy.: 36.95 g; Węglowodany ogółem: 330.90 g; W tym cukry: 65.97 g; Błonnik pok.: 16.83 g; Sól: 4.66 g;	Wartość energetyczna: 2830.11 kcal; Białko ogółem: 109.37 g; Tłuszcz: 99.30 g; Kw. tł. nasy.: 50.06 g; Węglowodany ogółem: 384.32 g; W tym cukry: 88.83 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2994.87 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 103.85 g; Kw. tł. nasy.: 53.48 g; Węglowodany ogółem: 410.31 g; W tym cukry: 101.31 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 10.41 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-14 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD WE/P14 Wegetariańska	KRK- RYD GL/P11 Bezglutenowa	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-27 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe (schab) mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2294.25 kcal; Białko ogółem: 86.33 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 321.28 g; W tym cukry: 68.72 g; Błonnik pok.: 31.73 g; Sól: 6.15 g;	Wartość energetyczna: 2195.31 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 312.59 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2724.85 kcal; Białko ogółem: 114.70 g; Tłuszcz: 85.60 g; Kw. tł. nasy.: 38.38 g; Węglowodany ogółem: 388.90 g; W tym cukry: 99.89 g; Błonnik pok.: 35.45 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2512.95 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 117.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 244.26 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2171.70 kcal; Białko ogółem: 114.63 g; Tłuszcz: 68.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.36 g; Węglowodany ogółem: 290.03 g; W tym cukry: 54.68 g; Błonnik pok.: 37.43 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2340.96 kcal; Białko ogółem: 108.55 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 331.79 g; W tym cukry: 72.69 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2326.66 kcal; Białko ogółem: 66.34 g; Tłuszcz: 101.28 g; Kw. tł. nasy.: 40.92 g; Węglowodany ogółem: 295.58 g; W tym cukry: 74.15 g; Błonnik pok.: 29.40 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2031.45 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; W tym cukry: 68.42 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2378.96 kcal; Białko ogółem: 108.35 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 335.79 g; W tym cukry: 73.89 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.29 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-28 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki z serem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - dyniowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2829.39 kcal; Białko ogółem: 107.13 g; Tłuszcz: 86.10 g; Kw. tł. nasy.: 38.95 g; Węglowodany ogółem: 417.34 g; W tym cukry: 103.68 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2264.54 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 66.53 g; Kw. tł. nasy.: 36.04 g; Węglowodany ogółem: 336.87 g; W tym cukry: 75.02 g; Błonnik pok.: 21.35 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2354.81 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 63.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.42 g; Węglowodany ogółem: 352.28 g; W tym cukry: 79.58 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2466.51 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 63.38 g; Kw. tł. nasy.: 33.98 g; Węglowodany ogółem: 376.08 g; W tym cukry: 83.79 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2449.51 kcal; Białko ogółem: 119.90 g; Tłuszcz: 115.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.86 g; Węglowodany ogółem: 239.81 g; W tym cukry: 112.12 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sól: 4.83 g;	Wartość energetyczna: 2232.28 kcal; Białko ogółem: 94.84 g; Tłuszcz: 69.08 g; Kw. tł. nasy.: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 316.15 g; W tym cukry: 60.59 g; Błonnik pok.: 34.38 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2273.35 kcal; Białko ogółem: 90.32 g; Tłuszcz: 60.85 g; Kw. tł. nasy.: 33.72 g; Węglowodany ogółem: 342.49 g; W tym cukry: 66.15 g; Błonnik pok.: 22.57 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2667.54 kcal; Białko ogółem: 93.69 g; Tłuszcz: 96.49 g; Kw. tł. nasy.: 38.32 g; Węglowodany ogółem: 362.11 g; W tym cukry: 71.65 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2089.33 kcal; Białko ogółem: 61.51 g; Tłuszcz: 67.33 g; Kw. tł. nasy.: 32.85 g; Węglowodany ogółem: 310.03 g; W tym cukry: 64.38 g; Błonnik pok.: 14.38 g; Sól: 3.02 g;	Wartość energetyczna: 2266.78 kcal; Białko ogółem: 69.54 g; Tłuszcz: 61.97 g; Kw. tł. nasy.: 33.53 g; Węglowodany ogółem: 361.23 g; W tym cukry: 79.88 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2454.51 kcal; Białko ogółem: 78.61 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw. tł. nasy.: 37.05 g; Węglowodany ogółem: 389.13 g; W tym cukry: 81.03 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 8.13 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-29 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz sojowy z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2864.07 kcal; Białko ogółem: 118.17 g; Tłuszcz: 104.41 g; Kw. tł. nasy.: 51.31 g; Węglowodany ogółem: 375.41 g; W tym cukry: 80.65 g; Błonnik pok.: 28.74 g; Sól: 6.71 g;	Wartość energetyczna: 2758.39 kcal; Białko ogółem: 121.34 g; Tłuszcz: 95.60 g; Kw. tł. nasy.: 42.61 g; Węglowodany ogółem: 363.95 g; W tym cukry: 80.22 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2732.56 kcal; Białko ogółem: 121.54 g; Tłuszcz: 85.83 g; Kw. tł. nasy.: 42.21 g; Węglowodany ogółem: 380.17 g; W tym cukry: 85.90 g; Błonnik pok.: 26.79 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 3007.26 kcal; Białko ogółem: 132.48 g; Tłuszcz: 89.29 g; Kw. tł. nasy.: 43.98 g; Węglowodany ogółem: 432.60 g; W tym cukry: 90.36 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 7.03 g;	Wartość energetyczna: 2471.18 kcal; Białko ogółem: 127.47 g; Tłuszcz: 122.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 223.27 g; W tym cukry: 103.51 g; Błonnik pok.: 18.45 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 2335.79 kcal; Białko ogółem: 116.65 g; Tłuszcz: 81.47 g; Kw. tł. nasy.: 41.74 g; Węglowodany ogółem: 301.45 g; W tym cukry: 71.11 g; Błonnik pok.: 35.72 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2530.13 kcal; Białko ogółem: 114.07 g; Tłuszcz: 79.29 g; Kw. tł. nasy.: 41.20 g; Węglowodany ogółem: 352.89 g; W tym cukry: 74.59 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2697.17 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 88.78 g; Kw. tł. nasy.: 47.46 g; Węglowodany ogółem: 372.56 g; W tym cukry: 78.34 g; Błonnik pok.: 34.47 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 2394.73 kcal; Białko ogółem: 92.79 g; Tłuszcz: 92.22 g; Kw. tł. nasy.: 39.38 g; Węglowodany ogółem: 302.38 g; W tym cukry: 71.87 g; Błonnik pok.: 18.35 g; Sól: 5.11 g;	Wartość energetyczna: 2801.56 kcal; Białko ogółem: 116.39 g; Tłuszcz: 96.36 g; Kw. tł. nasy.: 52.75 g; Węglowodany ogółem: 378.85 g; W tym cukry: 82.76 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2874.91 kcal; Białko ogółem: 129.13 g; Tłuszcz: 100.21 g; Kw. tł. nasy.: 54.18 g; Węglowodany ogółem: 377.21 g; W tym cukry: 81.60 g; Błonnik pok.: 29.22 g; Sól: 8.57 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-30 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2389.19 kcal; Białko ogółem: 99.00 g; Tłuszcz: 79.27 g; Kw. tł. nasy.: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 330.83 g; W tym cukry: 63.78 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 9.64 g;	Wartość energetyczna: 2312.54 kcal; Białko ogółem: 95.69 g; Tłuszcz: 68.33 g; Kw. tł. nasy.: 34.80 g; Węglowodany ogółem: 339.28 g; W tym cukry: 70.50 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2373.32 kcal; Białko ogółem: 91.13 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; W tym cukry: 99.01 g; Błonnik pok.: 25.80 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2461.77 kcal; Białko ogółem: 95.72 g; Tłuszcz: 69.16 g; Kw. tł. nasy.: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 376.54 g; W tym cukry: 108.38 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 2454.48 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 116.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 235.04 g; W tym cukry: 90.42 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2291.37 kcal; Białko ogółem: 96.74 g; Tłuszcz: 80.60 g; Kw. tł. nasy.: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 310.46 g; W tym cukry: 64.75 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sól: 10.11 g;	Wartość energetyczna: 2321.50 kcal; Białko ogółem: 88.75 g; Tłuszcz: 70.40 g; Kw. tł. nasy.: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 343.53 g; W tym cukry: 79.00 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sól: 9.97 g;	Wartość energetyczna: 2437.93 kcal; Białko ogółem: 98.97 g; Tłuszcz: 89.79 g; Kw. tł. nasy.: 47.95 g; Węglowodany ogółem: 318.86 g; W tym cukry: 74.03 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2134.32 kcal; Białko ogółem: 79.19 g; Tłuszcz: 69.96 g; Kw. tł. nasy.: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 305.65 g; W tym cukry: 67.92 g; Błonnik pok.: 19.44 g; Sól: 4.21 g;	Wartość energetyczna: 2450.14 kcal; Białko ogółem: 97.04 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 44.26 g; Węglowodany ogółem: 340.18 g; W tym cukry: 89.14 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2676.26 kcal; Białko ogółem: 108.58 g; Tłuszcz: 86.24 g; Kw. tł. nasy.: 47.82 g; Węglowodany ogółem: 374.96 g; W tym cukry: 85.49 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 9.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-10-31 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2652.34 kcal; Białko ogółem: 101.67 g; Tłuszcz: 101.24 g; Kw. tł. nasy.: 49.32 g; Węglowodany ogółem: 349.76 g; W tym cukry: 78.52 g; Błonnik pok.: 34.92 g; Sól: 10.62 g;	Wartość energetyczna: 2575.19 kcal; Białko ogółem: 106.39 g; Tłuszcz: 91.43 g; Kw. tł. nasy.: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 345.83 g; W tym cukry: 74.79 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 2606.37 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 91.20 g; Kw. tł. nasy.: 40.08 g; Węglowodany ogółem: 352.09 g; W tym cukry: 82.09 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2718.07 kcal; Białko ogółem: 112.69 g; Tłuszcz: 90.86 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 375.89 g; W tym cukry: 86.30 g; Błonnik pok.: 31.93 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 124.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 217.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2361.62 kcal; Białko ogółem: 105.76 g; Tłuszcz: 82.86 g; Kw. tł. nasy.: 39.75 g; Węglowodany ogółem: 314.75 g; W tym cukry: 66.81 g; Błonnik pok.: 36.95 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2505.99 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz: 86.72 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 342.46 g; W tym cukry: 72.52 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2697.95 kcal; Białko ogółem: 92.36 g; Tłuszcz: 109.54 g; Kw. tł. nasy.: 46.31 g; Węglowodany ogółem: 341.04 g; W tym cukry: 74.40 g; Błonnik pok.: 35.93 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2420.99 kcal; Białko ogółem: 87.75 g; Tłuszcz: 91.54 g; Kw. tł. nasy.: 36.99 g; Węglowodany ogółem: 319.21 g; W tym cukry: 65.74 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sól: 4.01 g;	Wartość energetyczna: 2707.07 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 106.96 g; Kw. tł. nasy.: 49.06 g; Węglowodany ogółem: 349.60 g; W tym cukry: 82.57 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2929.42 kcal; Białko ogółem: 115.66 g; Tłuszcz: 112.61 g; Kw. tł. nasy.: 50.20 g; Węglowodany ogółem: 376.65 g; W tym cukry: 81.41 g; Błonnik pok.: 33.92 g; Sól: 9.51 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-01 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Gruszka 150 g Dżem jagodowy 25g 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)		Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza gryczana na mleku 400 g (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Gruszka 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos pieczarkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk)(bez glutenu) 100 g (***JAJ, RYB,***) Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2792.67 kcal; Białko ogółem: 109.31 g; Tłuszcz: 95.62 g; Kw. tł. nasy.: 38.58 g; Węglowodany ogółem: 386.65 g; W tym cukry: 125.66 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2681.52 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 90.91 g; Kw. tł. nasy.: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 378.56 g; W tym cukry: 124.57 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2725.26 kcal; Białko ogółem: 110.76 g; Tłuszcz: 90.42 g; Kw. tł. nasy.: 39.08 g; Węglowodany ogółem: 381.82 g; W tym cukry: 126.67 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2863.09 kcal; Białko ogółem: 118.60 g; Tłuszcz: 90.44 g; Kw. tł. nasy.: 38.70 g; Węglowodany ogółem: 411.11 g; W tym cukry: 132.19 g; Błonnik pok.: 35.20 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2494.93 kcal; Białko ogółem: 124.95 g; Tłuszcz: 116.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 246.57 g; W tym cukry: 106.51 g; Błonnik pok.: 17.48 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 2447.50 kcal; Białko ogółem: 109.73 g; Tłuszcz: 98.68 g; Kw. tł. nasy.: 46.14 g; Węglowodany ogółem: 300.14 g; W tym cukry: 69.85 g; Błonnik pok.: 36.57 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2583.10 kcal; Białko ogółem: 120.21 g; Tłuszcz: 93.06 g; Kw. tł. nasy.: 41.66 g; Węglowodany ogółem: 331.35 g; W tym cukry: 79.47 g; Błonnik pok.: 32.51 g; Sól: 9.54 g;	Wartość energetyczna: 2924.74 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 109.35 g; Kw. tł. nasy.: 40.81 g; Węglowodany ogółem: 398.18 g; W tym cukry: 129.70 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 5.48 g;	Wartość energetyczna: 2430.36 kcal; Białko ogółem: 73.82 g; Tłuszcz: 92.18 g; Kw. tł. nasy.: 34.92 g; Węglowodany ogółem: 336.74 g; W tym cukry: 108.32 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2537.37 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz: 77.93 g; Kw. tł. nasy.: 34.09 g; Węglowodany ogółem: 379.66 g; W tym cukry: 124.26 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2790.19 kcal; Białko ogółem: 124.32 g; Tłuszcz: 101.39 g; Kw. tł. nasy.: 47.51 g; Węglowodany ogółem: 362.47 g; W tym cukry: 85.42 g; Błonnik pok.: 33.28 g; Sól: 10.10 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-02 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wołowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (***SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2699.02 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 92.38 g; Kw. tł. nasy.: 40.03 g; Węglowodany ogółem: 372.13 g; W tym cukry: 76.60 g; Błonnik pok.: 33.98 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 2542.62 kcal; Białko ogółem: 112.24 g; Tłuszcz: 78.02 g; Kw. tł. nasy.: 38.78 g; Węglowodany ogółem: 359.55 g; W tym cukry: 77.08 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 2581.19 kcal; Białko ogółem: 113.72 g; Tłuszcz: 77.80 g; Kw. tł. nasy.: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 366.09 g; W tym cukry: 74.37 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2745.49 kcal; Białko ogółem: 120.11 g; Tłuszcz: 77.17 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 405.16 g; W tym cukry: 78.57 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2447.98 kcal; Białko ogółem: 123.40 g; Tłuszcz: 122.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 223.32 g; W tym cukry: 100.45 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2533.76 kcal; Białko ogółem: 108.11 g; Tłuszcz: 88.99 g; Kw. tł. nasy.: 40.49 g; Węglowodany ogółem: 342.19 g; W tym cukry: 76.10 g; Błonnik pok.: 35.06 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2497.22 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 74.21 g; Kw. tł. nasy.: 38.00 g; Węglowodany ogółem: 360.22 g; W tym cukry: 72.93 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2679.42 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 99.69 g; Kw. tł. nasy.: 45.59 g; Węglowodany ogółem: 377.13 g; W tym cukry: 81.48 g; Błonnik pok.: 34.73 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 2393.85 kcal; Białko ogółem: 88.58 g; Tłuszcz: 83.39 g; Kw. tł. nasy.: 36.23 g; Węglowodany ogółem: 329.02 g; W tym cukry: 67.73 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 4.79 g;	Wartość energetyczna: 2640.69 kcal; Białko ogółem: 106.32 g; Tłuszcz: 88.80 g; Kw. tł. nasy.: 46.79 g; Węglowodany ogółem: 363.69 g; W tym cukry: 74.87 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2841.11 kcal; Białko ogółem: 113.45 g; Tłuszcz: 92.99 g; Kw. tł. nasy.: 50.29 g; Węglowodany ogółem: 398.50 g; W tym cukry: 90.07 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 10.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-03 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Budyń z udźca kurczaka 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet z jaj 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2508.11 kcal; Białko ogółem: 121.70 g; Tłuszcz: 106.21 g; Kw. tł. nasy.: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 277.16 g; W tym cukry: 54.09 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2418.07 kcal; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 295.52 g; W tym cukry: 63.09 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2368.17 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 297.70 g; W tym cukry: 65.22 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2565.12 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 386.40 g; W tym cukry: 86.76 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2486.21 kcal; Białko ogółem: 134.21 g; Tłuszcz: 106.92 g; Kw. tł. nasy.: 50.94 g; Węglowodany ogółem: 259.16 g; W tym cukry: 43.07 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2470.81 kcal; Białko ogółem: 124.77 g; Tłuszcz: 91.11 g; Kw. tł. nasy.: 42.36 g; Węglowodany ogółem: 294.89 g; W tym cukry: 56.27 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2504.52 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 101.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 329.16 g; W tym cukry: 66.65 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2266.27 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 271.01 g; W tym cukry: 54.39 g; Błonnik pok.: 15.90 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2500.51 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; Tłuszcz: 101.19 g; Kw. tł. nasy.: 47.31 g; Węglowodany ogółem: 286.42 g; W tym cukry: 63.17 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2640.36 kcal; Białko ogółem: 136.80 g; Tłuszcz: 106.83 g; Kw. tł. nasy.: 48.45 g; Węglowodany ogółem: 292.86 g; W tym cukry: 45.03 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 10.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-04 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml										
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - wielowarzywna z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)										Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i papryki 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i papryki 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Mix sałat 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2442.97 kcal; Białko ogółem: 90.37 g; Tłuszcz: 81.51 g; Kw. tł. nasy.: 42.23 g; Węglowodany ogółem: 344.89 g; W tym cukry: 71.09 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2358.50 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 346.21 g; W tym cukry: 72.35 g; Błonnik pok.: 19.24 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2401.28 kcal; Białko ogółem: 84.86 g; Tłuszcz: 70.71 g; Kw. tł. nasy.: 37.81 g; Węglowodany ogółem: 363.45 g; W tym cukry: 88.67 g; Błonnik pok.: 18.77 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 2453.47 kcal; Białko ogółem: 89.42 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kw. tł. nasy.: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 376.95 g; W tym cukry: 91.74 g; Błonnik pok.: 19.58 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 2534.01 kcal; Białko ogółem: 130.40 g; Tłuszcz: 125.65 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 231.08 g; W tym cukry: 104.10 g; Błonnik pok.: 22.04 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 2253.18 kcal; Białko ogółem: 85.67 g; Tłuszcz: 77.04 g; Kw. tł. nasy.: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 314.78 g; W tym cukry: 68.16 g; Błonnik pok.: 30.56 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2307.49 kcal; Białko ogółem: 77.07 g; Tłuszcz: 66.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 358.68 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 19.11 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2396.30 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 81.20 g; Kw. tł. nasy.: 44.84 g; Węglowodany ogółem: 342.07 g; W tym cukry: 67.07 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2207.56 kcal; Białko ogółem: 65.64 g; Tłuszcz: 72.18 g; Kw. tł. nasy.: 36.87 g; Węglowodany ogółem: 325.40 g; W tym cukry: 66.08 g; Błonnik pok.: 14.69 g; Sól: 3.80 g;	Wartość energetyczna: 2505.95 kcal; Białko ogółem: 74.00 g; Tłuszcz: 86.06 g; Kw. tł. nasy.: 46.14 g; Węglowodany ogółem: 367.56 g; W tym cukry: 88.76 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2684.42 kcal; Białko ogółem: 81.13 g; Tłuszcz: 90.25 g; Kw. tł. nasy.: 49.63 g; Węglowodany ogółem: 396.88 g; W tym cukry: 98.46 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 8.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-05 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz z soczewicy i papryki () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, ŚEL,***) Kasza jaglana na sypko 200 g Zrazik wołowy mielony (bez glutenu) 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml (***ŚEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z makreli wędzonej z warzywami *() 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pasta z makreli wędzonej z warzywami *() 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2733.98 kcal; Białko ogółem: 111.00 g; Tłuszcz: 96.73 g; Kw. tł. nasy.: 40.59 g; Węglowodany ogółem: 370.77 g; W tym cukry: 61.18 g; Błonnik pok.: 38.54 g; Sól: 9.92 g;	Wartość energetyczna: 2466.78 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 75.41 g; Kw. tł. nasy.: 34.45 g; Węglowodany ogółem: 357.50 g; W tym cukry: 72.26 g; Błonnik pok.: 35.48 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2440.36 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Tłuszcz: 70.21 g; Kw. tł. nasy.: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 367.86 g; W tym cukry: 69.34 g; Błonnik pok.: 34.85 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2669.14 kcal; Białko ogółem: 106.65 g; Tłuszcz: 69.90 g; Kw. tł. nasy.: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 419.95 g; W tym cukry: 73.53 g; Błonnik pok.: 38.44 g; Sól: 9.17 g;	Wartość energetyczna: 2373.20 kcal; Białko ogółem: 122.23 g; Tłuszcz: 114.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 220.37 g; W tym cukry: 95.01 g; Błonnik pok.: 21.86 g; Sól: 4.05 g;	Wartość energetyczna: 2464.10 kcal; Białko ogółem: 99.88 g; Tłuszcz: 89.54 g; Kw. tł. nasy.: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 332.11 g; W tym cukry: 66.69 g; Błonnik pok.: 40.14 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 2369.47 kcal; Białko ogółem: 91.49 g; Tłuszcz: 66.41 g; Kw. tł. nasy.: 33.55 g; Węglowodany ogółem: 366.02 g; W tym cukry: 66.45 g; Błonnik pok.: 36.46 g; Sól: 10.59 g;	Wartość energetyczna: 2449.20 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 372.43 g; W tym cukry: 68.37 g; Błonnik pok.: 36.40 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2590.30 kcal; Białko ogółem: 99.35 g; Tłuszcz: 83.48 g; Kw. tł. nasy.: 35.68 g; Węglowodany ogółem: 367.96 g; W tym cukry: 81.92 g; Błonnik pok.: 29.97 g; Sól: 4.92 g;	Wartość energetyczna: 2572.95 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 77.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 382.79 g; W tym cukry: 66.35 g; Błonnik pok.: 40.12 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2829.22 kcal; Białko ogółem: 119.15 g; Tłuszcz: 83.40 g; Kw. tł. nasy.: 37.04 g; Węglowodany ogółem: 418.32 g; W tym cukry: 73.67 g; Błonnik pok.: 42.53 g; Sól: 9.35 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-06 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 350 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2592.93 kcal; Białko ogółem: 109.88 g; Tłuszcz: 93.10 g; Kw. tł. nasy.: 45.52 g; Węglowodany ogółem: 339.96 g; W tym cukry: 91.64 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 2520.90 kcal; Białko ogółem: 109.95 g; Tłuszcz: 85.64 g; Kw. tł. nasy.: 45.19 g; Węglowodany ogółem: 333.05 g; W tym cukry: 86.41 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2550.08 kcal; Białko ogółem: 96.40 g; Tłuszcz: 82.24 g; Kw. tł. nasy.: 41.88 g; Węglowodany ogółem: 363.48 g; W tym cukry: 98.15 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2659.48 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 82.07 g; Kw. tł. nasy.: 41.47 g; Węglowodany ogółem: 385.42 g; W tym cukry: 102.42 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2522.56 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 121.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 237.97 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 4.07 g;	Wartość energetyczna: 2362.12 kcal; Białko ogółem: 116.58 g; Tłuszcz: 83.61 g; Kw. tł. nasy.: 40.84 g; Węglowodany ogółem: 297.08 g; W tym cukry: 65.52 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2497.85 kcal; Białko ogółem: 100.71 g; Tłuszcz: 76.48 g; Kw. tł. nasy.: 37.55 g; Węglowodany ogółem: 359.49 g; W tym cukry: 84.94 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2394.72 kcal; Białko ogółem: 81.99 g; Tłuszcz: 88.64 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 322.38 g; W tym cukry: 100.24 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2095.08 kcal; Białko ogółem: 77.75 g; Tłuszcz: 81.56 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; Węglowodany ogółem: 264.74 g; W tym cukry: 63.84 g; Błonnik pok.: 15.70 g; Sól: 3.26 g;	Wartość energetyczna: 2733.08 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 110.82 g; Kw. tł. nasy.: 50.24 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; W tym cukry: 74.91 g; Błonnik pok.: 19.12 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 3005.73 kcal; Białko ogółem: 122.95 g; Tłuszcz: 115.23 g; Kw. tł. nasy.: 53.76 g; Węglowodany ogółem: 375.76 g; W tym cukry: 92.10 g; Błonnik pok.: 21.58 g; Sól: 10.53 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-07 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemn () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g (***SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)					Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2666.54 kcal; Białko ogółem: 96.87 g; Tłuszcz: 94.46 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 366.30 g; W tym cukry: 81.78 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2525.86 kcal; Białko ogółem: 101.64 g; Tłuszcz: 79.17 g; Kw. tł. nasy.: 37.80 g; Węglowodany ogółem: 361.00 g; W tym cukry: 77.71 g; Błonnik pok.: 26.30 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2557.04 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 78.95 g; Kw. tł. nasy.: 37.75 g; Węglowodany ogółem: 367.26 g; W tym cukry: 85.00 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2688.39 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 78.58 g; Kw. tł. nasy.: 37.32 g; Węglowodany ogółem: 395.98 g; W tym cukry: 88.59 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 2381.92 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 113.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 225.74 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 18.96 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2468.44 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 91.36 g; Kw. tł. nasy.: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 314.52 g; W tym cukry: 53.27 g; Błonnik pok.: 45.03 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2470.82 kcal; Białko ogółem: 105.63 g; Tłuszcz: 80.45 g; Kw. tł. nasy.: 39.62 g; Węglowodany ogółem: 338.97 g; W tym cukry: 55.30 g; Błonnik pok.: 30.67 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2697.69 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 95.73 g; Kw. tł. nasy.: 42.86 g; Węglowodany ogółem: 380.30 g; W tym cukry: 86.97 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2302.54 kcal; Białko ogółem: 78.22 g; Tłuszcz: 80.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 321.28 g; W tym cukry: 71.48 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 3.27 g;	Wartość energetyczna: 2625.02 kcal; Białko ogółem: 98.66 g; Tłuszcz: 89.61 g; Kw. tł. nasy.: 45.06 g; Węglowodany ogółem: 365.06 g; W tym cukry: 81.59 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2853.24 kcal; Białko ogółem: 124.72 g; Tłuszcz: 99.34 g; Kw. tł. nasy.: 48.58 g; Węglowodany ogółem: 375.51 g; W tym cukry: 60.05 g; Błonnik pok.: 31.44 g; Sól: 9.30 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-08 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Śliwka 180 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN						Śliwka 180 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2858.58 kcal; Białko ogółem: 106.02 g; Tłuszcz: 107.34 g; Kw. tł. nasy.: 41.66 g; Węglowodany ogółem: 376.68 g; W tym cukry: 83.84 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2711.77 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 89.40 g; Kw. tł. nasy.: 40.53 g; Węglowodany ogółem: 381.45 g; W tym cukry: 91.65 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2815.00 kcal; Białko ogółem: 114.84 g; Tłuszcz: 95.88 g; Kw. tł. nasy.: 42.48 g; Węglowodany ogółem: 384.53 g; W tym cukry: 93.80 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2969.88 kcal; Białko ogółem: 118.00 g; Tłuszcz: 95.91 g; Kw. tł. nasy.: 42.42 g; Węglowodany ogółem: 421.41 g; W tym cukry: 98.37 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 2563.99 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 123.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2407.79 kcal; Białko ogółem: 120.32 g; Tłuszcz: 95.64 g; Kw. tł. nasy.: 40.05 g; Węglowodany ogółem: 282.25 g; W tym cukry: 63.19 g; Błonnik pok.: 33.61 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2620.67 kcal; Białko ogółem: 122.48 g; Tłuszcz: 92.81 g; Kw. tł. nasy.: 41.63 g; Węglowodany ogółem: 336.38 g; W tym cukry: 80.59 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2663.96 kcal; Białko ogółem: 86.55 g; Tłuszcz: 90.87 g; Kw. tł. nasy.: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 384.72 g; W tym cukry: 84.07 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2515.43 kcal; Białko ogółem: 83.34 g; Tłuszcz: 87.81 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 354.31 g; W tym cukry: 81.96 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 3.97 g;	Wartość energetyczna: 2621.26 kcal; Białko ogółem: 99.65 g; Tłuszcz: 84.23 g; Kw. tł. nasy.: 38.77 g; Węglowodany ogółem: 377.84 g; W tym cukry: 93.71 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2832.94 kcal; Białko ogółem: 123.95 g; Tłuszcz: 89.90 g; Kw. tł. nasy.: 42.72 g; Węglowodany ogółem: 395.34 g; W tym cukry: 109.00 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 8.67 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-09 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)										Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Gulasz sojowy z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)										Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z ryżu i brokułów-dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka z ryżu i brokułów-dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka z ryżu i brokułów-dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka z ryżu i brokułów-dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiełwp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2856.69 kcal; Białko ogółem: 110.04 g; Tłuszcz: 105.64 g; Kw. tł. nasy.: 43.04 g; Węglowodany ogółem: 375.51 g; W tym cukry: 88.84 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 11.99 g;	Wartość energetyczna: 2563.53 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 375.52 g; W tym cukry: 86.84 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2561.11 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 34.21 g; Węglowodany ogółem: 396.38 g; W tym cukry: 106.71 g; Błonnik pok.: 26.43 g; Sól: 8.74 g;	Wartość energetyczna: 2685.92 kcal; Białko ogółem: 102.71 g; Tłuszcz: 67.72 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 429.57 g; W tym cukry: 112.36 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2443.39 kcal; Białko ogółem: 120.59 g; Tłuszcz: 115.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 238.44 g; W tym cukry: 113.69 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 4.82 g;	Wartość energetyczna: 2439.09 kcal; Białko ogółem: 106.34 g; Tłuszcz: 89.80 g; Kw. tł. nasy.: 36.74 g; Węglowodany ogółem: 314.62 g; W tym cukry: 64.56 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 2440.67 kcal; Białko ogółem: 103.48 g; Tłuszcz: 68.59 g; Kw. tł. nasy.: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 362.76 g; W tym cukry: 73.38 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sól: 10.56 g;	Wartość energetyczna: 2547.02 kcal; Białko ogółem: 101.98 g; Tłuszcz: 80.73 g; Kw. tł. nasy.: 39.90 g; Węglowodany ogółem: 358.41 g; W tym cukry: 86.80 g; Błonnik pok.: 36.77 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2353.15 kcal; Białko ogółem: 78.03 g; Tłuszcz: 80.15 g; Kw. tł. nasy.: 32.22 g; Węglowodany ogółem: 332.62 g; W tym cukry: 76.08 g; Błonnik pok.: 17.03 g; Sól: 4.90 g;	Wartość energetyczna: 2569.43 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 79.59 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 374.83 g; W tym cukry: 114.80 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2766.65 kcal; Białko ogółem: 122.03 g; Tłuszcz: 89.75 g; Kw. tł. nasy.: 45.10 g; Węglowodany ogółem: 377.59 g; W tym cukry: 93.26 g; Błonnik pok.: 30.00 g; Sól: 11.26 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-28 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD Hematologia	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-10 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml					Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso (schab) mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)					Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)			Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2357.41 kcal; Białko ogółem: 91.09 g; Tłuszcz: 87.55 g; Kw. tł. nasy.: 39.92 g; Węglowodany ogółem: 313.07 g; W tym cukry: 68.02 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2005.76 kcal; Białko ogółem: 100.23 g; Tłuszcz: 56.14 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 277.87 g; W tym cukry: 51.71 g; Błonnik pok.: 16.69 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2119.09 kcal; Białko ogółem: 96.81 g; Tłuszcz: 60.10 g; Kw. tł. nasy.: 30.11 g; Węglowodany ogółem: 309.80 g; W tym cukry: 65.32 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2607.45 kcal; Białko ogółem: 110.62 g; Tłuszcz: 75.64 g; Kw. tł. nasy.: 33.88 g; Węglowodany ogółem: 384.30 g; W tym cukry: 85.29 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2465.95 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 114.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 240.94 g; W tym cukry: 91.79 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2173.51 kcal; Białko ogółem: 115.50 g; Tłuszcz: 76.03 g; Kw. tł. nasy.: 43.07 g; Węglowodany ogółem: 268.71 g; W tym cukry: 38.30 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2207.44 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 64.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 312.43 g; W tym cukry: 42.17 g; Błonnik pok.: 33.54 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2259.16 kcal; Białko ogółem: 74.78 g; Tłuszcz: 84.32 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 314.01 g; W tym cukry: 67.34 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sól: 5.65 g;	Wartość energetyczna: 1831.02 kcal; Białko ogółem: 78.77 g; Tłuszcz: 57.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 247.52 g; W tym cukry: 42.91 g; Błonnik pok.: 11.45 g; Sól: 3.10 g;	Wartość energetyczna: 2166.73 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 40.02 g; Węglowodany ogółem: 292.28 g; W tym cukry: 51.47 g; Błonnik pok.: 18.81 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2284.68 kcal; Białko ogółem: 110.33 g; Tłuszcz: 76.24 g; Kw. tł. nasy.: 45.55 g; Węglowodany ogółem: 296.27 g; W tym cukry: 29.62 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 9.32 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-11 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)			Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 100 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2459.23 kcal; Białko ogółem: 117.19 g; Tłuszcz: 76.00 g; Kw. tł. nasy.: 35.60 g; Węglowodany ogółem: 332.91 g; W tym cukry: 74.51 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2487.52 kcal; Białko ogółem: 117.52 g; Tłuszcz: 68.62 g; Kw. tł. nasy.: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 354.86 g; W tym cukry: 88.98 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2489.06 kcal; Białko ogółem: 114.84 g; Tłuszcz: 68.49 g; Kw. tł. nasy.: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 358.52 g; W tym cukry: 91.82 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 7.76 g;		Wartość energetyczna: 2261.01 kcal; Białko ogółem: 116.14 g; Tłuszcz: 65.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 308.35 g; W tym cukry: 75.93 g; Błonnik pok.: 33.88 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2249.68 kcal; Białko ogółem: 114.09 g; Tłuszcz: 68.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 299.39 g; W tym cukry: 65.81 g; Błonnik pok.: 32.67 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2392.53 kcal; Białko ogółem: 108.81 g; Tłuszcz: 64.11 g; Kw. tł. nasy.: 33.58 g; Węglowodany ogółem: 349.70 g; W tym cukry: 80.32 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 1861.94 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 62.17 g; Kw. tł. nasy.: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 230.06 g; W tym cukry: 40.68 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 5.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-12 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka () 200 g (***MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 200 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Gruszka 1szt. 150 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2558.22 kcal; Białko ogółem: 94.62 g; Tłuszcz: 79.56 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 381.30 g; W tym cukry: 78.99 g; Błonnik pok.: 36.81 g; Sól: 9.93 g;	Wartość energetyczna: 2399.79 kcal; Białko ogółem: 86.49 g; Tłuszcz: 74.30 g; Kw. tł. nasy.: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 359.52 g; W tym cukry: 82.31 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 2505.43 kcal; Białko ogółem: 98.62 g; Tłuszcz: 75.41 g; Kw. tł. nasy.: 35.30 g; Węglowodany ogółem: 368.18 g; W tym cukry: 89.17 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 9.55 g;		Wartość energetyczna: 2104.42 kcal; Białko ogółem: 84.58 g; Tłuszcz: 61.98 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 320.57 g; W tym cukry: 77.42 g; Błonnik pok.: 39.57 g; Sól: 9.95 g;	Wartość energetyczna: 2085.60 kcal; Białko ogółem: 83.98 g; Tłuszcz: 67.29 g; Kw. tł. nasy.: 34.40 g; Węglowodany ogółem: 305.63 g; W tym cukry: 67.33 g; Błonnik pok.: 43.66 g; Sól: 10.40 g;	Wartość energetyczna: 2342.12 kcal; Białko ogółem: 97.08 g; Tłuszcz: 73.57 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 335.07 g; W tym cukry: 81.80 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 10.86 g;	Wartość energetyczna: 1598.49 kcal; Białko ogółem: 68.71 g; Tłuszcz: 42.80 g; Kw. tł. nasy.: 18.77 g; Węglowodany ogółem: 252.19 g; W tym cukry: 42.48 g; Błonnik pok.: 37.30 g; Sól: 9.20 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-13 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2692.98 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 95.00 g; Kw. tł. nasy.: 43.95 g; Węglowodany ogółem: 373.16 g; W tym cukry: 96.52 g; Błonnik pok.: 28.67 g; Sól: 8.07 g;	Wartość energetyczna: 2325.24 kcal; Białko ogółem: 96.27 g; Tłuszcz: 63.54 g; Kw. tł. nasy.: 32.69 g; Węglowodany ogółem: 355.14 g; W tym cukry: 96.83 g; Błonnik pok.: 25.84 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2324.34 kcal; Białko ogółem: 98.71 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 351.04 g; W tym cukry: 84.74 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.90 g;		Wartość energetyczna: 2322.39 kcal; Białko ogółem: 108.25 g; Tłuszcz: 66.34 g; Kw. tł. nasy.: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 341.59 g; W tym cukry: 77.36 g; Błonnik pok.: 34.11 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2467.19 kcal; Białko ogółem: 105.63 g; Tłuszcz: 82.42 g; Kw. tł. nasy.: 42.58 g; Węglowodany ogółem: 346.40 g; W tym cukry: 76.87 g; Błonnik pok.: 36.74 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2278.85 kcal; Białko ogółem: 92.89 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.89 g; Węglowodany ogółem: 355.35 g; W tym cukry: 80.88 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 1794.23 kcal; Białko ogółem: 85.40 g; Tłuszcz: 55.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.75 g; Węglowodany ogółem: 255.63 g; W tym cukry: 42.06 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sól: 8.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-14 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z cukini z kiełbasą 200 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml			Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2811.55 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz: 111.22 g; Kw. tł. nasy.: 41.93 g; Węglowodany ogółem: 368.69 g; W tym cukry: 80.97 g; Błonnik pok.: 33.54 g; Sól: 8.85 g;	Wartość energetyczna: 2442.55 kcal; Białko ogółem: 99.33 g; Tłuszcz: 66.98 g; Kw. tł. nasy.: 34.71 g; Węglowodany ogółem: 370.49 g; W tym cukry: 77.56 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2470.15 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 66.64 g; Kw. tł. nasy.: 34.59 g; Węglowodany ogółem: 376.73 g; W tym cukry: 84.92 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 6.66 g;		Wartość energetyczna: 2373.36 kcal; Białko ogółem: 100.62 g; Tłuszcz: 71.02 g; Kw. tł. nasy.: 26.22 g; Węglowodany ogółem: 344.36 g; W tym cukry: 77.77 g; Błonnik pok.: 37.54 g; Sól: 7.56 g;	Wartość energetyczna: 2229.51 kcal; Białko ogółem: 92.57 g; Tłuszcz: 72.23 g; Kw. tł. nasy.: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 313.50 g; W tym cukry: 44.54 g; Błonnik pok.: 38.21 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2367.44 kcal; Białko ogółem: 83.39 g; Tłuszcz: 69.87 g; Kw. tł. nasy.: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 364.51 g; W tym cukry: 73.27 g; Błonnik pok.: 37.20 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 1771.91 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz: 51.11 g; Kw. tł. nasy.: 19.76 g; Węglowodany ogółem: 255.97 g; W tym cukry: 42.52 g; Błonnik pok.: 33.65 g; Sól: 6.78 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-15 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Śliwka 180 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Śliwka 180 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Śliwka 180 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2810.59 kcal; Białko ogółem: 115.70 g; Tłuszcz: 96.48 g; Kw. tł. nasy.: 38.44 g; Węglowodany ogółem: 379.74 g; W tym cukry: 114.65 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2538.05 kcal; Białko ogółem: 114.79 g; Tłuszcz: 80.49 g; Kw. tł. nasy.: 37.40 g; Węglowodany ogółem: 346.52 g; W tym cukry: 101.08 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2641.27 kcal; Białko ogółem: 123.20 g; Tłuszcz: 86.97 g; Kw. tł. nasy.: 39.35 g; Węglowodany ogółem: 349.61 g; W tym cukry: 103.23 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 7.86 g;		Wartość energetyczna: 2406.09 kcal; Białko ogółem: 116.75 g; Tłuszcz: 73.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 332.26 g; W tym cukry: 105.66 g; Błonnik pok.: 33.22 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2451.27 kcal; Białko ogółem: 122.65 g; Tłuszcz: 91.51 g; Kw. tł. nasy.: 46.65 g; Węglowodany ogółem: 300.68 g; W tym cukry: 71.36 g; Błonnik pok.: 33.29 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2573.34 kcal; Białko ogółem: 131.06 g; Tłuszcz: 88.05 g; Kw. tł. nasy.: 40.43 g; Węglowodany ogółem: 324.48 g; W tym cukry: 71.15 g; Błonnik pok.: 26.48 g; Sól: 8.74 g;	Wartość energetyczna: 1845.08 kcal; Białko ogółem: 105.87 g; Tłuszcz: 66.59 g; Kw. tł. nasy.: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 219.31 g; W tym cukry: 34.13 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 6.11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-16 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Musztarda 20 g (***GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml			Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2918.99 kcal; Białko ogółem: 125.12 g; Tłuszcz: 105.39 g; Kw. tł. nasy.: 43.31 g; Węglowodany ogółem: 381.58 g; W tym cukry: 81.15 g; Błonnik pok.: 35.35 g; Sól: 10.50 g;	Wartość energetyczna: 2573.24 kcal; Białko ogółem: 107.40 g; Tłuszcz: 84.88 g; Kw. tł. nasy.: 35.92 g; Węglowodany ogółem: 358.22 g; W tym cukry: 84.70 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2547.33 kcal; Białko ogółem: 107.42 g; Tłuszcz: 74.68 g; Kw. tł. nasy.: 35.00 g; Węglowodany ogółem: 374.18 g; W tym cukry: 106.20 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 8.13 g;		Wartość energetyczna: 2418.55 kcal; Białko ogółem: 114.49 g; Tłuszcz: 74.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.37 g; Węglowodany ogółem: 338.81 g; W tym cukry: 73.07 g; Błonnik pok.: 36.97 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2424.21 kcal; Białko ogółem: 119.63 g; Tłuszcz: 82.53 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 318.39 g; W tym cukry: 61.89 g; Błonnik pok.: 37.31 g; Sól: 9.57 g;	Wartość energetyczna: 2531.80 kcal; Białko ogółem: 110.00 g; Tłuszcz: 84.90 g; Kw. tł. nasy.: 37.28 g; Węglowodany ogółem: 344.39 g; W tym cukry: 69.41 g; Błonnik pok.: 34.50 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 1818.51 kcal; Białko ogółem: 100.34 g; Tłuszcz: 56.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 243.02 g; W tym cukry: 34.82 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sól: 8.31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-17 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Salami kiełbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewajaca, wędzona. 50 g (***SOJ, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2381.45 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 93.87 g; Kw. tł. nasy.: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 287.43 g; W tym cukry: 65.97 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2148.81 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 270.64 g; W tym cukry: 55.41 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2036.68 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 301.66 g; W tym cukry: 59.91 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 7.39 g;		Wartość energetyczna: 2054.62 kcal; Białko ogółem: 108.40 g; Tłuszcz: 71.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.80 g; Węglowodany ogółem: 256.36 g; W tym cukry: 58.73 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2346.52 kcal; Białko ogółem: 120.60 g; Tłuszcz: 84.86 g; Kw. tł. nasy.: 41.31 g; Węglowodany ogółem: 288.10 g; W tym cukry: 65.26 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2243.38 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 64.15 g; Kw. tł. nasy.: 36.31 g; Węglowodany ogółem: 333.54 g; W tym cukry: 65.07 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 1792.82 kcal; Białko ogółem: 103.17 g; Tłuszcz: 58.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 225.54 g; W tym cukry: 40.59 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 6.23 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-18 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)				Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2399.15 kcal; Białko ogółem: 86.86 g; Tłuszcz: 70.57 g; Kw. tł. nasy.: 35.94 g; Węglowodany ogółem: 362.51 g; W tym cukry: 76.33 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2371.91 kcal; Białko ogółem: 83.71 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 35.63 g; Węglowodany ogółem: 363.42 g; W tym cukry: 77.94 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 2418.26 kcal; Białko ogółem: 84.40 g; Tłuszcz: 68.95 g; Kw. tł. nasy.: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 372.93 g; W tym cukry: 87.73 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 7.68 g;		Wartość energetyczna: 2171.99 kcal; Białko ogółem: 79.37 g; Tłuszcz: 60.70 g; Kw. tł. nasy.: 23.90 g; Węglowodany ogółem: 339.32 g; W tym cukry: 76.45 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2080.13 kcal; Białko ogółem: 83.64 g; Tłuszcz: 68.30 g; Kw. tł. nasy.: 35.35 g; Węglowodany ogółem: 294.65 g; W tym cukry: 48.11 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2195.25 kcal; Białko ogółem: 78.07 g; Tłuszcz: 66.46 g; Kw. tł. nasy.: 35.08 g; Węglowodany ogółem: 330.41 g; W tym cukry: 59.03 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 1566.38 kcal; Białko ogółem: 67.19 g; Tłuszcz: 43.77 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 235.63 g; W tym cukry: 33.82 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 6.65 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-19 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 200 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2279.89 kcal; Białko ogółem: 104.55 g; Tłuszcz: 72.28 g; Kw. tł. nasy.: 36.02 g; Węglowodany ogółem: 316.29 g; W tym cukry: 60.58 g; Błonnik pok.: 31.25 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2247.28 kcal; Białko ogółem: 99.94 g; Tłuszcz: 70.33 g; Kw. tł. nasy.: 35.86 g; Węglowodany ogółem: 316.81 g; W tym cukry: 65.76 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2460.05 kcal; Białko ogółem: 107.48 g; Tłuszcz: 78.38 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 342.77 g; W tym cukry: 74.88 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sól: 7.23 g;		Wartość energetyczna: 2101.46 kcal; Białko ogółem: 103.16 g; Tłuszcz: 64.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 294.93 g; W tym cukry: 62.32 g; Błonnik pok.: 37.05 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2090.13 kcal; Białko ogółem: 101.11 g; Tłuszcz: 67.42 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 285.97 g; W tym cukry: 52.20 g; Błonnik pok.: 35.84 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2363.52 kcal; Białko ogółem: 101.44 g; Tłuszcz: 74.00 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 333.95 g; W tym cukry: 63.38 g; Błonnik pok.: 33.20 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 1580.88 kcal; Białko ogółem: 86.21 g; Tłuszcz: 44.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.60 g; Węglowodany ogółem: 224.72 g; W tym cukry: 27.14 g; Błonnik pok.: 32.61 g; Sól: 6.10 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-20 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)				Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2798.75 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 112.51 g; Kw. tł. nasy.: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 357.82 g; W tym cukry: 74.56 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sól: 10.68 g;	Wartość energetyczna: 2638.23 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 86.30 g; Kw. tł. nasy.: 39.98 g; Węglowodany ogółem: 367.39 g; W tym cukry: 72.13 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2636.79 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 91.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 356.69 g; W tym cukry: 74.23 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 8.43 g;		Wartość energetyczna: 2460.20 kcal; Białko ogółem: 104.75 g; Tłuszcz: 81.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 345.17 g; W tym cukry: 74.46 g; Błonnik pok.: 34.78 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2593.83 kcal; Białko ogółem: 108.78 g; Tłuszcz: 90.96 g; Kw. tł. nasy.: 39.52 g; Węglowodany ogółem: 351.31 g; W tym cukry: 70.80 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 9.05 g;	Wartość energetyczna: 2623.22 kcal; Białko ogółem: 100.91 g; Tłuszcz: 87.01 g; Kw. tł. nasy.: 39.62 g; Węglowodany ogółem: 369.56 g; W tym cukry: 74.81 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 9.60 g;	Wartość energetyczna: 1950.54 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz: 66.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 258.23 g; W tym cukry: 33.73 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 7.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-21 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)
		Wartość energetyczna: 2657.93 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 94.48 g; Kw. tł. nasy.: 46.26 g; Węglowodany ogółem: 346.35 g; W tym cukry: 68.25 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 2423.68 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 75.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 326.92 g; W tym cukry: 68.14 g; Błonnik pok.: 16.30 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2467.30 kcal; Białko ogółem: 111.67 g; Tłuszcz: 74.73 g; Kw. tł. nasy.: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 344.95 g; W tym cukry: 72.29 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sól: 7.62 g;		Wartość energetyczna: 2522.15 kcal; Białko ogółem: 119.84 g; Tłuszcz: 82.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 334.09 g; W tym cukry: 61.79 g; Błonnik pok.: 31.59 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2602.06 kcal; Białko ogółem: 118.46 g; Tłuszcz: 87.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 344.56 g; W tym cukry: 63.99 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 6.85 g;	Wartość energetyczna: 2462.00 kcal; Białko ogółem: 106.30 g; Tłuszcz: 72.09 g; Kw. tł. nasy.: 36.58 g; Węglowodany ogółem: 355.56 g; W tym cukry: 73.12 g; Błonnik pok.: 25.18 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 1979.70 kcal; Białko ogółem: 103.13 g; Tłuszcz: 63.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 256.72 g; W tym cukry: 26.88 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 5.56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-22 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 200 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2772.69 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 101.35 g; Kw. tł. nasy.: 37.34 g; Węglowodany ogółem: 374.93 g; W tym cukry: 94.81 g; Błonnik pok.: 31.18 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2444.43 kcal; Białko ogółem: 99.70 g; Tłuszcz: 77.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 346.11 g; W tym cukry: 87.34 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 2563.13 kcal; Białko ogółem: 107.86 g; Tłuszcz: 83.52 g; Kw. tł. nasy.: 36.86 g; Węglowodany ogółem: 352.09 g; W tym cukry: 94.27 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 6.18 g;		Wartość energetyczna: 2337.56 kcal; Białko ogółem: 116.77 g; Tłuszcz: 74.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 314.06 g; W tym cukry: 71.36 g; Błonnik pok.: 34.67 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2235.23 kcal; Białko ogółem: 113.23 g; Tłuszcz: 77.49 g; Kw. tł. nasy.: 34.33 g; Węglowodany ogółem: 284.92 g; W tym cukry: 49.58 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2487.28 kcal; Białko ogółem: 115.66 g; Tłuszcz: 80.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 334.95 g; W tym cukry: 73.31 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 1726.66 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 54.11 g; Kw. tł. nasy.: 19.32 g; Węglowodany ogółem: 222.72 g; W tym cukry: 24.80 g; Błonnik pok.: 30.29 g; Sól: 5.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-23 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml			Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2637.25 kcal; Białko ogółem: 105.24 g; Tłuszcz: 96.74 g; Kw. tł. nasy.: 47.41 g; Węglowodany ogółem: 344.63 g; W tym cukry: 65.77 g; Błonnik pok.: 29.05 g; Sól: 9.13 g;	Wartość energetyczna: 2547.63 kcal; Białko ogółem: 104.78 g; Tłuszcz: 75.60 g; Kw. tł. nasy.: 36.07 g; Węglowodany ogółem: 373.36 g; W tym cukry: 81.88 g; Błonnik pok.: 23.66 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2578.33 kcal; Białko ogółem: 104.98 g; Tłuszcz: 75.37 g; Kw. tł. nasy.: 36.02 g; Węglowodany ogółem: 379.53 g; W tym cukry: 89.14 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 8.69 g;		Wartość energetyczna: 2493.32 kcal; Białko ogółem: 109.10 g; Tłuszcz: 83.72 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 343.59 g; W tym cukry: 69.57 g; Błonnik pok.: 32.56 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 2464.22 kcal; Białko ogółem: 104.87 g; Tłuszcz: 86.51 g; Kw. tł. nasy.: 44.39 g; Węglowodany ogółem: 335.35 g; W tym cukry: 69.08 g; Błonnik pok.: 35.19 g; Sól: 9.07 g;	Wartość energetyczna: 2456.04 kcal; Białko ogółem: 96.76 g; Tłuszcz: 70.57 g; Kw. tł. nasy.: 35.24 g; Węglowodany ogółem: 369.43 g; W tym cukry: 85.28 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 9.82 g;	Wartość energetyczna: 1857.21 kcal; Białko ogółem: 89.04 g; Tłuszcz: 61.71 g; Kw. tł. nasy.: 28.76 g; Węglowodany ogółem: 251.79 g; W tym cukry: 34.47 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 7.83 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-24 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 200 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml			Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2294.25 kcal; Białko ogółem: 86.33 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 321.28 g; W tym cukry: 68.72 g; Błonnik pok.: 31.73 g; Sól: 6.15 g;	Wartość energetyczna: 2195.31 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 312.59 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;		Wartość energetyczna: 1901.77 kcal; Białko ogółem: 102.35 g; Tłuszcz: 56.29 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 262.24 g; W tym cukry: 46.27 g; Błonnik pok.: 35.69 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2172.83 kcal; Białko ogółem: 114.83 g; Tłuszcz: 68.27 g; Kw. tł. nasy.: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 290.05 g; W tym cukry: 54.68 g; Błonnik pok.: 37.43 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2341.35 kcal; Białko ogółem: 108.60 g; Tłuszcz: 70.17 g; Kw. tł. nasy.: 33.53 g; Węglowodany ogółem: 331.80 g; W tym cukry: 72.69 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.29 g;	Wartość energetyczna: 1647.98 kcal; Białko ogółem: 98.97 g; Tłuszcz: 43.65 g; Kw. tł. nasy.: 17.76 g; Węglowodany ogółem: 229.39 g; W tym cukry: 26.34 g; Błonnik pok.: 34.12 g; Sól: 5.79 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-11 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 150 g Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 300 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy (bez glutenu)* 100 ml Dynia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z warzywami i serem żółtym* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Mięso drobiowe mielone (filet z kurczaka) 100 g (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - wielowarzywna z ziemniakami () SU 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 150 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 50 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Roszponka 10 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 100 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2650.96 kcal; Białko ogółem: 147.49 g; Tłuszcz: 72.46 g; Kw. tł. nasy.: 36.65 g; Węglowodany ogółem: 356.84 g; W tym cukry: 90.45 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2184.89 kcal; Białko ogółem: 73.09 g; Tłuszcz: 64.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 332.79 g; W tym cukry: 63.79 g; Błonnik pok.: 23.38 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2208.03 kcal; Białko ogółem: 92.34 g; Tłuszcz: 68.28 g; Kw. tł. nasy.: 31.84 g; Węglowodany ogółem: 303.78 g; W tym cukry: 70.17 g; Błonnik pok.: 17.96 g; Sól: 3.65 g;	Wartość energetyczna: 2707.84 kcal; Białko ogółem: 87.65 g; Tłuszcz: 107.71 g; Kw. tł. nasy.: 40.52 g; Węglowodany ogółem: 353.88 g; W tym cukry: 76.42 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2700.87 kcal; Białko ogółem: 116.80 g; Tłuszcz: 76.91 g; Kw. tł. nasy.: 34.92 g; Węglowodany ogółem: 391.59 g; W tym cukry: 94.91 g; Błonnik pok.: 27.23 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2503.17 kcal; Białko ogółem: 125.17 g; Tłuszcz: 117.98 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 245.68 g; W tym cukry: 113.32 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2779.39 kcal; Białko ogółem: 128.51 g; Tłuszcz: 84.80 g; Kw. tł. nasy.: 43.31 g; Węglowodany ogółem: 383.38 g; W tym cukry: 87.25 g; Błonnik pok.: 28.66 g; Sól: 10.11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-12 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 250 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 100 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g (***SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka () 200 g (***MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)			Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2500.48 kcal; Białko ogółem: 97.50 g; Tłuszcz: 78.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 365.58 g; W tym cukry: 84.10 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 10.33 g;	Wartość energetyczna: 1888.87 kcal; Białko ogółem: 46.08 g; Tłuszcz: 60.99 g; Kw. tł. nasy.: 31.40 g; Węglowodany ogółem: 305.01 g; W tym cukry: 60.66 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2055.48 kcal; Białko ogółem: 62.62 g; Tłuszcz: 73.05 g; Kw. tł. nasy.: 31.60 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; W tym cukry: 73.46 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 6.09 g;	Wartość energetyczna: 2556.80 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz: 86.15 g; Kw. tł. nasy.: 47.87 g; Węglowodany ogółem: 374.11 g; W tym cukry: 78.23 g; Błonnik pok.: 34.19 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2734.21 kcal; Białko ogółem: 106.93 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kw. tł. nasy.: 34.85 g; Węglowodany ogółem: 420.27 g; W tym cukry: 93.36 g; Błonnik pok.: 30.54 g; Sól: 9.31 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2486.65 kcal; Białko ogółem: 128.08 g; Tłuszcz: 118.83 g; Kw. tł. nasy.: 29.71 g; Węglowodany ogółem: 235.64 g; W tym cukry: 106.72 g; Błonnik pok.: 21.24 g; Sól: 4.38 g;	Wartość energetyczna: 2712.00 kcal; Białko ogółem: 103.25 g; Tłuszcz: 87.55 g; Kw. tł. nasy.: 42.00 g; Węglowodany ogółem: 390.75 g; W tym cukry: 106.14 g; Błonnik pok.: 33.68 g; Sól: 11.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-13 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 150 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Gruszka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw () 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g
		Wartość energetyczna: 2487.37 kcal; Białko ogółem: 118.15 g; Tłuszcz: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 33.77 g; Węglowodany ogółem: 361.60 g; W tym cukry: 97.11 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 1987.53 kcal; Białko ogółem: 57.15 g; Tłuszcz: 54.63 g; Kw. tł. nasy.: 31.17 g; Węglowodany ogółem: 330.41 g; W tym cukry: 73.08 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sól: 5.80 g;	Wartość energetyczna: 2200.12 kcal; Białko ogółem: 79.57 g; Tłuszcz: 66.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.13 g; Węglowodany ogółem: 327.43 g; W tym cukry: 90.70 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sól: 4.51 g;	Wartość energetyczna: 2523.97 kcal; Białko ogółem: 94.43 g; Tłuszcz: 83.54 g; Kw. tł. nasy.: 41.55 g; Węglowodany ogółem: 366.00 g; W tym cukry: 108.73 g; Błonnik pok.: 34.64 g; Sól: 5.49 g;	Wartość energetyczna: 2455.69 kcal; Białko ogółem: 104.59 g; Tłuszcz: 62.74 g; Kw. tł. nasy.: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 379.76 g; W tym cukry: 88.33 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2534.91 kcal; Białko ogółem: 124.85 g; Tłuszcz: 120.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 110.92 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2573.06 kcal; Białko ogółem: 107.81 g; Tłuszcz: 68.13 g; Kw. tł. nasy.: 36.25 g; Węglowodany ogółem: 394.94 g; W tym cukry: 99.50 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sól: 9.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-14 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN								Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 250 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Leczo z drobiem-dieta () 100 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko 200 g Leczo wegetariańskie 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 75 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 25 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2575.02 kcal; Białko ogółem: 116.38 g; Tłuszcz: 71.55 g; Kw. tł. nasy.: 36.59 g; Węglowodany ogółem: 376.47 g; W tym cukry: 80.44 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2090.80 kcal; Białko ogółem: 60.32 g; Tłuszcz: 60.78 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 335.48 g; W tym cukry: 49.83 g; Błonnik pok.: 24.86 g; Sól: 5.27 g;	Wartość energetyczna: 2242.51 kcal; Białko ogółem: 77.69 g; Tłuszcz: 67.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 334.71 g; W tym cukry: 68.91 g; Błonnik pok.: 20.67 g; Sól: 3.67 g;	Wartość energetyczna: 2908.85 kcal; Białko ogółem: 84.14 g; Tłuszcz: 121.52 g; Kw. tł. nasy.: 39.53 g; Węglowodany ogółem: 375.69 g; W tym cukry: 81.42 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2579.55 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 66.47 g; Kw. tł. nasy.: 34.18 g; Węglowodany ogółem: 398.67 g; W tym cukry: 89.19 g; Błonnik pok.: 27.79 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2505.34 kcal; Białko ogółem: 126.18 g; Tłuszcz: 117.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 109.30 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2633.87 kcal; Białko ogółem: 92.86 g; Tłuszcz: 82.05 g; Kw. tł. nasy.: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 389.73 g; W tym cukry: 63.84 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 8.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-15 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 75 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 3 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza gryczana na mleku 400 g (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 150 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Ryba pieczona (Morszczuk) 50 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem. (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 150 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2746.82 kcal; Białko ogółem: 141.67 g; Tłuszcz: 90.84 g; Kw. tł. nasy.: 39.74 g; Węglowodany ogółem: 348.37 g; W tym cukry: 101.61 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2113.31 kcal; Białko ogółem: 61.51 g; Tłuszcz: 60.72 g; Kw. tł. nasy.: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 338.26 g; W tym cukry: 90.85 g; Błonnik pok.: 26.11 g; Sól: 5.22 g;	Wartość energetyczna: 2366.62 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 82.03 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 315.94 g; W tym cukry: 91.03 g; Błonnik pok.: 18.41 g; Sól: 3.25 g;	Wartość energetyczna: 2839.46 kcal; Białko ogółem: 102.67 g; Tłuszcz: 104.03 g; Kw. tł. nasy.: 40.28 g; Węglowodany ogółem: 381.96 g; W tym cukry: 117.08 g; Błonnik pok.: 31.22 g; Sól: 6.06 g;	Wartość energetyczna: 2804.53 kcal; Białko ogółem: 125.01 g; Tłuszcz: 86.62 g; Kw. tł. nasy.: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 390.60 g; W tym cukry: 107.10 g; Błonnik pok.: 28.46 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2570.65 kcal; Białko ogółem: 131.20 g; Tłuszcz: 120.44 g; Kw. tł. nasy.: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 250.38 g; W tym cukry: 109.55 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 5.20 g;	Wartość energetyczna: 2814.76 kcal; Białko ogółem: 137.62 g; Tłuszcz: 98.59 g; Kw. tł. nasy.: 49.07 g; Węglowodany ogółem: 357.77 g; W tym cukry: 82.23 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 9.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-16 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 250 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 200 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z warzywami i soczewica wegetariańskie () 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2696.90 kcal; Białko ogółem: 125.23 g; Tłuszcz: 89.18 g; Kw. tł. nasy.: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 361.78 g; W tym cukry: 84.84 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 9.50 g;	Wartość energetyczna: 2205.06 kcal; Białko ogółem: 64.87 g; Tłuszcz: 77.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.94 g; Węglowodany ogółem: 327.27 g; W tym cukry: 61.06 g; Błonnik pok.: 33.35 g; Sól: 6.27 g;	Wartość energetyczna: 2490.57 kcal; Białko ogółem: 88.23 g; Tłuszcz: 87.23 g; Kw. tł. nasy.: 33.15 g; Węglowodany ogółem: 344.29 g; W tym cukry: 79.04 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 5.05 g;	Wartość energetyczna: 2527.66 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 83.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 374.40 g; W tym cukry: 84.63 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2637.63 kcal; Białko ogółem: 102.68 g; Tłuszcz: 74.83 g; Kw. tł. nasy.: 33.81 g; Węglowodany ogółem: 402.06 g; W tym cukry: 109.36 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2497.92 kcal; Białko ogółem: 122.44 g; Tłuszcz: 116.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 249.98 g; W tym cukry: 110.62 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2857.83 kcal; Białko ogółem: 125.55 g; Tłuszcz: 87.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.06 g; Węglowodany ogółem: 406.46 g; W tym cukry: 98.68 g; Błonnik pok.: 39.15 g; Sól: 8.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-17 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g
	II ŚN								Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 230 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Potrawka drobiowa z warzywami * 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (***SOJ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2492.46 kcal; Białko ogółem: 146.32 g; Tłuszcz: 95.18 g; Kw. tł. nasy.: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 273.77 g; W tym cukry: 57.09 g; Błonnik pok.: 21.87 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 1934.21 kcal; Białko ogółem: 67.10 g; Tłuszcz: 59.94 g; Kw. tł. nasy.: 33.80 g; Węglowodany ogółem: 292.79 g; W tym cukry: 48.28 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 1994.77 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 244.95 g; W tym cukry: 46.75 g; Błonnik pok.: 16.16 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2140.48 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 293.50 g; W tym cukry: 65.60 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 2484.77 kcal; Białko ogółem: 113.84 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 362.55 g; W tym cukry: 80.58 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2553.15 kcal; Białko ogółem: 126.73 g; Tłuszcz: 120.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 109.32 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2460.19 kcal; Białko ogółem: 112.37 g; Tłuszcz: 90.15 g; Kw. tł. nasy.: 43.69 g; Węglowodany ogółem: 309.61 g; W tym cukry: 51.14 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 9.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-18 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 150 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 50 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemiakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 150 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 50 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wafle ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2498.92 kcal; Białko ogółem: 96.68 g; Tłuszcz: 74.79 g; Kw. tł. nasy.: 37.04 g; Węglowodany ogółem: 369.99 g; W tym cukry: 81.80 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2072.95 kcal; Białko ogółem: 47.96 g; Tłuszcz: 60.81 g; Kw. tł. nasy.: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 344.37 g; W tym cukry: 55.51 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 5.00 g;	Wartość energetyczna: 2226.72 kcal; Białko ogółem: 64.67 g; Tłuszcz: 70.88 g; Kw. tł. nasy.: 32.74 g; Węglowodany ogółem: 337.35 g; W tym cukry: 69.66 g; Błonnik pok.: 17.44 g; Sól: 3.15 g;	Wartość energetyczna: 2428.93 kcal; Białko ogółem: 81.34 g; Tłuszcz: 79.03 g; Kw. tł. nasy.: 45.37 g; Węglowodany ogółem: 356.41 g; W tym cukry: 72.16 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2463.40 kcal; Białko ogółem: 89.91 g; Tłuszcz: 68.56 g; Kw. tł. nasy.: 35.18 g; Węglowodany ogółem: 381.22 g; W tym cukry: 92.00 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2539.78 kcal; Białko ogółem: 131.37 g; Tłuszcz: 119.23 g; Kw. tł. nasy.: 29.79 g; Węglowodany ogółem: 244.95 g; W tym cukry: 110.82 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.47 g;	Wartość energetyczna: 2507.23 kcal; Białko ogółem: 89.01 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tł. nasy.: 46.93 g; Węglowodany ogółem: 371.17 g; W tym cukry: 68.09 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 9.58 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-19 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 75 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 25 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa pieczona 150 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Szynka wieprzowa pieczona 50 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe (szynka) mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2435.27 kcal; Białko ogółem: 126.85 g; Tłuszcz: 78.97 g; Kw. tł. nasy.: 39.13 g; Węglowodany ogółem: 317.41 g; W tym cukry: 65.76 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 1955.56 kcal; Białko ogółem: 62.74 g; Tłuszcz: 64.22 g; Kw. tł. nasy.: 33.80 g; Węglowodany ogółem: 295.15 g; W tym cukry: 42.28 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2077.36 kcal; Białko ogółem: 77.83 g; Tłuszcz: 70.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 289.73 g; W tym cukry: 56.82 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 4.01 g;	Wartość energetyczna: 2409.15 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; Tłuszcz: 96.59 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 318.41 g; W tym cukry: 77.97 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2715.56 kcal; Białko ogółem: 115.31 g; Tłuszcz: 88.35 g; Kw. tł. nasy.: 40.16 g; Węglowodany ogółem: 377.41 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 34.69 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2513.58 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 118.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; W tym cukry: 96.00 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2561.91 kcal; Białko ogółem: 117.72 g; Tłuszcz: 76.12 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 364.13 g; W tym cukry: 73.72 g; Błonnik pok.: 36.14 g; Sól: 8.77 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-20 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzycą () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 150 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 50 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2894.60 kcal; Białko ogółem: 135.85 g; Tłuszcz: 93.42 g; Kw. tł. nasy.: 42.06 g; Węglowodany ogółem: 390.78 g; W tym cukry: 74.43 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 2149.02 kcal; Białko ogółem: 61.46 g; Tłuszcz: 70.42 g; Kw. tł. nasy.: 33.33 g; Węglowodany ogółem: 330.73 g; W tym cukry: 51.72 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sól: 5.31 g;	Wartość energetyczna: 2424.19 kcal; Białko ogółem: 88.84 g; Tłuszcz: 93.22 g; Kw. tł. nasy.: 38.22 g; Węglowodany ogółem: 307.78 g; W tym cukry: 61.11 g; Błonnik pok.: 15.53 g; Sól: 4.02 g;	Wartość energetyczna: 2537.19 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 358.58 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2746.19 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 91.31 g; Kw. tł. nasy.: 40.05 g; Węglowodany ogółem: 378.63 g; W tym cukry: 78.50 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2581.86 kcal; Białko ogółem: 132.29 g; Tłuszcz: 126.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 239.69 g; W tym cukry: 105.92 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 3000.34 kcal; Białko ogółem: 109.17 g; Tłuszcz: 115.06 g; Kw. tł. nasy.: 53.94 g; Węglowodany ogółem: 393.61 g; W tym cukry: 92.47 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 11.70 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-21 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 150 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 150 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 300 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 50 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Frittata z jajkiem 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)
		Wartość energetyczna: 2622.15 kcal; Białko ogółem: 138.28 g; Tłuszcz: 84.33 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 329.09 g; W tym cukry: 69.98 g; Błonnik pok.: 16.30 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2092.47 kcal; Białko ogółem: 71.36 g; Tłuszcz: 66.18 g; Kw. tł. nasy.: 34.01 g; Węglowodany ogółem: 305.49 g; W tym cukry: 42.85 g; Błonnik pok.: 16.49 g; Sól: 4.83 g;	Wartość energetyczna: 2241.33 kcal; Białko ogółem: 87.11 g; Tłuszcz: 76.32 g; Kw. tł. nasy.: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 299.69 g; W tym cukry: 59.12 g; Błonnik pok.: 11.49 g; Sól: 3.16 g;	Wartość energetyczna: 2271.41 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 87.49 g; Kw. tł. nasy.: 46.63 g; Węglowodany ogółem: 298.37 g; W tym cukry: 68.82 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 2757.50 kcal; Białko ogółem: 124.22 g; Tłuszcz: 76.78 g; Kw. tł. nasy.: 37.05 g; Węglowodany ogółem: 402.96 g; W tym cukry: 76.50 g; Błonnik pok.: 27.26 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2414.62 kcal; Białko ogółem: 120.99 g; Tłuszcz: 115.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 230.60 g; W tym cukry: 109.64 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 4.20 g;	Wartość energetyczna: 3139.28 kcal; Białko ogółem: 123.23 g; Tłuszcz: 108.66 g; Kw. tł. nasy.: 48.77 g; Węglowodany ogółem: 421.65 g; W tym cukry: 68.39 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 10.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-22 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 150 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Ryba pieczona (Morszczuk) 50 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet jaglany z serem top i pietruszką 100 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik () RYD 700 g (***JAJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 150 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2674.73 kcal; Białko ogółem: 137.11 g; Tłuszcz: 89.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.35 g; Węglowodany ogółem: 340.01 g; W tym cukry: 77.62 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2047.59 kcal; Białko ogółem: 57.69 g; Tłuszcz: 65.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.40 g; Węglowodany ogółem: 317.22 g; W tym cukry: 63.51 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 4.88 g;	Wartość energetyczna: 2281.13 kcal; Białko ogółem: 79.08 g; Tłuszcz: 76.78 g; Kw. tł. nasy.: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 321.82 g; W tym cukry: 81.51 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sól: 3.66 g;	Wartość energetyczna: 2729.40 kcal; Białko ogółem: 74.33 g; Tłuszcz: 102.74 g; Kw. tł. nasy.: 39.17 g; Węglowodany ogółem: 386.53 g; W tym cukry: 94.79 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2746.99 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 84.22 g; Kw. tł. nasy.: 36.88 g; Węglowodany ogółem: 393.87 g; W tym cukry: 99.13 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2533.67 kcal; Białko ogółem: 129.19 g; Tłuszcz: 118.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.69 g; W tym cukry: 95.93 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2671.15 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 80.51 g; Kw. tł. nasy.: 39.12 g; Węglowodany ogółem: 380.37 g; W tym cukry: 92.16 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 7.52 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-23 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 75 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Pulpet drobiowy 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2714.46 kcal; Białko ogółem: 124.86 g; Tłuszcz: 82.85 g; Kw. tł. nasy.: 37.72 g; Węglowodany ogółem: 379.11 g; W tym cukry: 82.09 g; Błonnik pok.: 23.80 g; Sól: 9.79 g;	Wartość energetyczna: 2123.77 kcal; Białko ogółem: 58.51 g; Tłuszcz: 63.12 g; Kw. tł. nasy.: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 342.78 g; W tym cukry: 62.85 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2438.00 kcal; Białko ogółem: 84.12 g; Tłuszcz: 87.56 g; Kw. tł. nasy.: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 331.38 g; W tym cukry: 66.29 g; Błonnik pok.: 17.69 g; Sól: 4.67 g;	Wartość energetyczna: 2693.22 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 88.28 g; Kw. tł. nasy.: 44.00 g; Węglowodany ogółem: 393.04 g; W tym cukry: 72.90 g; Błonnik pok.: 39.82 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2730.31 kcal; Białko ogółem: 110.89 g; Tłuszcz: 74.12 g; Kw. tł. nasy.: 35.57 g; Węglowodany ogółem: 417.22 g; W tym cukry: 93.33 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2443.68 kcal; Białko ogółem: 128.07 g; Tłuszcz: 121.53 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 221.02 g; W tym cukry: 106.61 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2963.25 kcal; Białko ogółem: 117.03 g; Tłuszcz: 99.86 g; Kw. tł. nasy.: 51.06 g; Węglowodany ogółem: 410.92 g; W tym cukry: 101.91 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 10.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-24 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 150 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Schab gotowany 50 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw z jajkiem() 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe (schab) mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 150 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2390.54 kcal; Białko ogółem: 119.52 g; Tłuszcz: 75.88 g; Kw. tł. nasy.: 37.44 g; Węglowodany ogółem: 320.45 g; W tym cukry: 84.36 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2110.73 kcal; Białko ogółem: 65.50 g; Tłuszcz: 67.77 g; Kw. tł. nasy.: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 324.04 g; W tym cukry: 63.10 g; Błonnik pok.: 34.09 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2031.45 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; W tym cukry: 68.42 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2326.66 kcal; Białko ogółem: 66.34 g; Tłuszcz: 101.28 g; Kw. tł. nasy.: 40.92 g; Węglowodany ogółem: 295.58 g; W tym cukry: 74.15 g; Błonnik pok.: 29.40 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2724.85 kcal; Białko ogółem: 114.70 g; Tłuszcz: 85.60 g; Kw. tł. nasy.: 38.38 g; Węglowodany ogółem: 388.90 g; W tym cukry: 99.89 g; Błonnik pok.: 35.45 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2512.95 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 117.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 244.26 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2379.35 kcal; Białko ogółem: 108.40 g; Tłuszcz: 73.17 g; Kw. tł. nasy.: 35.55 g; Węglowodany ogółem: 335.80 g; W tym cukry: 73.89 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.30 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-11 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2557.04 kcal; Białko ogółem: 111.62 g; Tłuszcz: 79.16 g; Kw. tł. nasy.: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 356.32 g; W tym cukry: 88.41 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 8.75 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-12 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2565.56 kcal; Białko ogółem: 90.28 g; Tłuszcz: 82.10 g; Kw. tł. nasy.: 36.46 g; Węglowodany ogółem: 376.79 g; W tym cukry: 95.55 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 9.44 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-13 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU_OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2324.34 kcal; Białko ogółem: 98.71 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 351.04 g; W tym cukry: 84.74 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.90 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-14 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2541.72 kcal; Białko ogółem: 88.63 g; Tłuszcz: 80.72 g; Kw. tł. nasy.: 40.99 g; Węglowodany ogółem: 373.39 g; W tym cukry: 81.99 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.64 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-15 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2467.94 kcal; Białko ogółem: 107.92 g; Tłuszcz: 75.32 g; Kw. tł. nasy.: 35.65 g; Węglowodany ogółem: 347.87 g; W tym cukry: 102.53 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 7.26 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-16 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2687.98 kcal; Białko ogółem: 114.62 g; Tłuszcz: 83.93 g; Kw. tł. nasy.: 36.96 g; Węglowodany ogółem: 380.47 g; W tym cukry: 106.89 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 6.89 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-17 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (_ ***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2238.22 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 84.52 g; Kw. tł. nasy.: 42.62 g; Węglowodany ogółem: 282.57 g; W tym cukry: 52.30 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 8.46 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-18 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2509.10 kcal; Białko ogółem: 82.37 g; Tłuszcz: 74.01 g; Kw. tł. nasy.: 43.46 g; Węglowodany ogółem: 386.65 g; W tym cukry: 83.92 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 8.18 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-19 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2339.55 kcal; Białko ogółem: 100.83 g; Tłuszcz: 70.48 g; Kw. tł. nasy.: 35.81 g; Węglowodany ogółem: 337.07 g; W tym cukry: 74.88 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sól: 7.41 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-20 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU_OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2727.69 kcal; Białko ogółem: 100.62 g; Tłuszcz: 110.65 g; Kw. tł. nasy.: 50.42 g; Węglowodany ogółem: 343.15 g; W tym cukry: 75.28 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Sól: 10.16 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-21 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2711.57 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Tłuszcz: 102.41 g; Kw. tł. nasy.: 43.82 g; Węglowodany ogółem: 342.96 g; W tym cukry: 64.38 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 8.54 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-22 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 25g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2389.79 kcal; Białko ogółem: 92.57 g; Tłuszcz: 71.87 g; Kw. tł. nasy.: 33.16 g; Węglowodany ogółem: 350.36 g; W tym cukry: 93.57 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 5.58 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-23 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2799.31 kcal; Białko ogółem: 110.33 g; Tłuszcz: 95.78 g; Kw. tł. nasy.: 47.48 g; Węglowodany ogółem: 383.42 g; W tym cukry: 89.15 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sól: 8.93 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-24 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.84 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-25 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml		Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki z serem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2829.39 kcal; Białko ogółem: 107.13 g; Tłuszcz: 86.10 g; Kw. tł. nasy.: 38.95 g; Węglowodany ogółem: 417.34 g; W tym cukry: 103.68 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2264.54 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 66.53 g; Kw. tł. nasy.: 36.04 g; Węglowodany ogółem: 336.87 g; W tym cukry: 75.02 g; Błonnik pok.: 21.35 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2354.81 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 63.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.42 g; Węglowodany ogółem: 352.28 g; W tym cukry: 79.58 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 6.48 g;		Wartość energetyczna: 2228.54 kcal; Białko ogółem: 95.72 g; Tłuszcz: 64.37 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 326.07 g; W tym cukry: 72.65 g; Błonnik pok.: 35.73 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2232.28 kcal; Białko ogółem: 94.84 g; Tłuszcz: 69.08 g; Kw. tł. nasy.: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 316.15 g; W tym cukry: 60.59 g; Błonnik pok.: 34.38 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2273.35 kcal; Białko ogółem: 90.32 g; Tłuszcz: 60.85 g; Kw. tł. nasy.: 33.72 g; Węglowodany ogółem: 342.49 g; W tym cukry: 66.15 g; Błonnik pok.: 22.57 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 1593.85 kcal; Białko ogółem: 75.38 g; Tłuszcz: 42.37 g; Kw. tł. nasy.: 19.90 g; Węglowodany ogółem: 232.70 g; W tym cukry: 31.56 g; Błonnik pok.: 27.36 g; Sól: 6.39 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-26 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Twarożek 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 100 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***)	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 200 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Pomidor 80 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)				Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2864.55 kcal; Białko ogółem: 118.21 g; Tłuszcz: 104.42 g; Kw. tł. nasy.: 51.31 g; Węglowodany ogółem: 375.50 g; W tym cukry: 80.68 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 6.71 g;	Wartość energetyczna: 2758.87 kcal; Białko ogółem: 121.38 g; Tłuszcz: 95.61 g; Kw. tł. nasy.: 42.61 g; Węglowodany ogółem: 364.04 g; W tym cukry: 80.25 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2732.56 kcal; Białko ogółem: 121.54 g; Tłuszcz: 85.83 g; Kw. tł. nasy.: 42.21 g; Węglowodany ogółem: 380.17 g; W tym cukry: 85.90 g; Błonnik pok.: 26.79 g; Sól: 7.52 g;		Wartość energetyczna: 2337.57 kcal; Białko ogółem: 115.88 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tł. nasy.: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 324.35 g; W tym cukry: 73.39 g; Błonnik pok.: 38.09 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2336.27 kcal; Białko ogółem: 116.69 g; Tłuszcz: 81.48 g; Kw. tł. nasy.: 41.74 g; Węglowodany ogółem: 301.54 g; W tym cukry: 71.14 g; Błonnik pok.: 35.76 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2530.13 kcal; Białko ogółem: 114.07 g; Tłuszcz: 79.29 g; Kw. tł. nasy.: 41.20 g; Węglowodany ogółem: 352.89 g; W tym cukry: 74.59 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 1835.23 kcal; Białko ogółem: 102.57 g; Tłuszcz: 58.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 241.09 g; W tym cukry: 46.05 g; Błonnik pok.: 32.53 g; Sól: 5.82 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-27 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***)	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml		Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2389.19 kcal; Białko ogółem: 99.00 g; Tłuszcz: 79.27 g; Kw. tł. nasy.: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 330.83 g; W tym cukry: 63.78 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 9.64 g;	Wartość energetyczna: 2312.54 kcal; Białko ogółem: 95.69 g; Tłuszcz: 68.33 g; Kw. tł. nasy.: 34.80 g; Węglowodany ogółem: 339.28 g; W tym cukry: 70.50 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2373.32 kcal; Białko ogółem: 91.13 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; W tym cukry: 99.01 g; Błonnik pok.: 25.80 g; Sól: 8.86 g;		Wartość energetyczna: 2199.37 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 64.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 320.61 g; W tym cukry: 68.90 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 2291.37 kcal; Białko ogółem: 96.74 g; Tłuszcz: 80.60 g; Kw. tł. nasy.: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 310.46 g; W tym cukry: 64.75 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sól: 10.11 g;	Wartość energetyczna: 2321.50 kcal; Białko ogółem: 88.75 g; Tłuszcz: 70.40 g; Kw. tł. nasy.: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 343.53 g; W tym cukry: 79.00 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sól: 9.97 g;	Wartość energetyczna: 1687.72 kcal; Białko ogółem: 81.95 g; Tłuszcz: 45.25 g; Kw. tł. nasy.: 18.90 g; Węglowodany ogółem: 251.91 g; W tym cukry: 34.27 g; Błonnik pok.: 28.89 g; Sól: 7.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-28 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Ser topiony 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka () 100 g (***GOR,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2652.34 kcal; Białko ogółem: 101.67 g; Tłuszcz: 101.24 g; Kw. tł. nasy.: 49.32 g; Węglowodany ogółem: 349.76 g; W tym cukry: 78.52 g; Błonnik pok.: 34.92 g; Sól: 10.62 g;	Wartość energetyczna: 2575.19 kcal; Białko ogółem: 106.39 g; Tłuszcz: 91.43 g; Kw. tł. nasy.: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 345.83 g; W tym cukry: 74.79 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 2606.37 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 91.20 g; Kw. tł. nasy.: 40.08 g; Węglowodany ogółem: 352.09 g; W tym cukry: 82.09 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.16 g;		Wartość energetyczna: 2408.14 kcal; Białko ogółem: 100.73 g; Tłuszcz: 86.87 g; Kw. tł. nasy.: 35.80 g; Węglowodany ogółem: 324.51 g; W tym cukry: 77.58 g; Błonnik pok.: 38.78 g; Sól: 10.28 g;	Wartość energetyczna: 2361.62 kcal; Białko ogółem: 105.76 g; Tłuszcz: 82.86 g; Kw. tł. nasy.: 39.75 g; Węglowodany ogółem: 314.75 g; W tym cukry: 66.81 g; Błonnik pok.: 36.95 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2505.99 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz: 86.72 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 342.46 g; W tym cukry: 72.52 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 1810.31 kcal; Białko ogółem: 90.39 g; Tłuszcz: 58.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.82 g; Węglowodany ogółem: 245.61 g; W tym cukry: 39.60 g; Błonnik pok.: 32.37 g; Sól: 7.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-29 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Dżem jagodowy 25g 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)			Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 72% 20 g Jabłko 150 g Dżem jagodowy 25g 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 200 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml			Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2780.67 kcal; Białko ogółem: 109.01 g; Tłuszcz: 95.92 g; Kw. tł. nasy.: 38.58 g; Węglowodany ogółem: 383.20 g; W tym cukry: 125.36 g; Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2681.52 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 90.91 g; Kw. tł. nasy.: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 378.56 g; W tym cukry: 124.57 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2725.26 kcal; Białko ogółem: 110.76 g; Tłuszcz: 90.42 g; Kw. tł. nasy.: 39.08 g; Węglowodany ogółem: 381.82 g; W tym cukry: 126.67 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 8.16 g;		Wartość energetyczna: 2497.27 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; Tłuszcz: 81.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.62 g; Węglowodany ogółem: 354.35 g; W tym cukry: 122.28 g; Błonnik pok.: 34.07 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2435.50 kcal; Białko ogółem: 109.43 g; Tłuszcz: 98.98 g; Kw. tł. nasy.: 46.14 g; Węglowodany ogółem: 296.69 g; W tym cukry: 69.55 g; Błonnik pok.: 36.42 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2583.10 kcal; Białko ogółem: 120.21 g; Tłuszcz: 93.06 g; Kw. tł. nasy.: 41.66 g; Węglowodany ogółem: 331.35 g; W tym cukry: 79.47 g; Błonnik pok.: 32.51 g; Sól: 9.54 g;	Wartość energetyczna: 1921.37 kcal; Białko ogółem: 93.12 g; Tłuszcz: 73.64 g; Kw. tł. nasy.: 30.45 g; Węglowodany ogółem: 238.78 g; W tym cukry: 43.62 g; Błonnik pok.: 30.27 g; Sól: 6.66 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-11-30 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 200 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2699.50 kcal; Białko ogółem: 110.67 g; Tłuszcz: 92.39 g; Kw. tł. nasy.: 40.03 g; Węglowodany ogółem: 372.22 g; W tym cukry: 76.63 g; Błonnik pok.: 34.02 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 2542.62 kcal; Białko ogółem: 112.24 g; Tłuszcz: 78.02 g; Kw. tł. nasy.: 38.78 g; Węglowodany ogółem: 359.55 g; W tym cukry: 77.08 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 2581.19 kcal; Białko ogółem: 113.72 g; Tłuszcz: 77.80 g; Kw. tł. nasy.: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 366.09 g; W tym cukry: 74.37 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.71 g;		Wartość energetyczna: 2506.19 kcal; Białko ogółem: 111.25 g; Tłuszcz: 82.92 g; Kw. tł. nasy.: 29.62 g; Węglowodany ogółem: 346.27 g; W tym cukry: 74.19 g; Błonnik pok.: 36.27 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2534.24 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 89.00 g; Kw. tł. nasy.: 40.49 g; Węglowodany ogółem: 342.28 g; W tym cukry: 76.13 g; Błonnik pok.: 35.10 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2497.22 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 74.21 g; Kw. tł. nasy.: 38.00 g; Węglowodany ogółem: 360.22 g; W tym cukry: 72.93 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 1925.30 kcal; Białko ogółem: 93.89 g; Tłuszcz: 62.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.48 g; Węglowodany ogółem: 261.92 g; W tym cukry: 39.32 g; Błonnik pok.: 32.09 g; Sól: 7.82 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-01 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml		
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2508.59 kcal; Białko ogółem: 121.74 g; Tłuszcz: 106.22 g; Kw. tł. nasy.: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 277.25 g; W tym cukry: 54.12 g; Błonnik pok.: 24.88 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2419.79 kcal; Białko ogółem: 117.52 g; Tłuszcz: 89.19 g; Kw. tł. nasy.: 39.02 g; Węglowodany ogółem: 294.66 g; W tym cukry: 63.71 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 2369.89 kcal; Białko ogółem: 111.12 g; Tłuszcz: 85.56 g; Kw. tł. nasy.: 37.91 g; Węglowodany ogółem: 296.84 g; W tym cukry: 65.84 g; Błonnik pok.: 22.75 g; Sól: 7.79 g;		Wartość energetyczna: 3203.50 kcal; Białko ogółem: 188.44 g; Tłuszcz: 165.34 g; Kw. tł. nasy.: 83.68 g; Węglowodany ogółem: 259.82 g; W tym cukry: 51.93 g; Błonnik pok.: 28.35 g; Sól: 12.78 g;	Wartość energetyczna: 2487.55 kcal; Białko ogółem: 134.92 g; Tłuszcz: 107.07 g; Kw. tł. nasy.: 50.95 g; Węglowodany ogółem: 258.82 g; W tym cukry: 43.41 g; Błonnik pok.: 30.06 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 2472.53 kcal; Białko ogółem: 126.11 g; Tłuszcz: 91.39 g; Kw. tł. nasy.: 42.38 g; Węglowodany ogółem: 294.03 g; W tym cukry: 56.89 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 1969.22 kcal; Białko ogółem: 120.49 g; Tłuszcz: 70.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 223.00 g; W tym cukry: 37.25 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 6.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-02 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2457.70 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 82.16 g; Kw. tł. nasy.: 42.66 g; Węglowodany ogółem: 344.09 g; W tym cukry: 70.69 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2358.50 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 346.21 g; W tym cukry: 72.35 g; Błonnik pok.: 19.24 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2401.28 kcal; Białko ogółem: 84.86 g; Tłuszcz: 70.71 g; Kw. tł. nasy.: 37.81 g; Węglowodany ogółem: 363.45 g; W tym cukry: 88.67 g; Błonnik pok.: 18.77 g; Sól: 6.02 g;		Wartość energetyczna: 2276.50 kcal; Białko ogółem: 92.21 g; Tłuszcz: 74.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 318.89 g; W tym cukry: 69.80 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2267.91 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz: 77.69 g; Kw. tł. nasy.: 41.73 g; Węglowodany ogółem: 313.98 g; W tym cukry: 67.76 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2307.49 kcal; Białko ogółem: 77.07 g; Tłuszcz: 66.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 358.68 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 19.11 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 1741.01 kcal; Białko ogółem: 75.80 g; Tłuszcz: 54.28 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 246.70 g; W tym cukry: 32.17 g; Błonnik pok.: 28.35 g; Sól: 7.23 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-03 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml		Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z makreli wędzonej z warzywami *() 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g		Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z makreli wędzonej z warzywami *() 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z makreli wędzonej z warzywami *() 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2733.98 kcal; Białko ogółem: 111.00 g; Tłuszcz: 96.73 g; Kw. tł. nasy.: 40.59 g; Węglowodany ogółem: 370.77 g; W tym cukry: 61.18 g; Błonnik pok.: 38.54 g; Sól: 9.92 g;	Wartość energetyczna: 2466.78 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 75.41 g; Kw. tł. nasy.: 34.45 g; Węglowodany ogółem: 357.50 g; W tym cukry: 72.26 g; Błonnik pok.: 35.48 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2440.36 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Tłuszcz: 70.21 g; Kw. tł. nasy.: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 367.86 g; W tym cukry: 69.34 g; Błonnik pok.: 34.85 g; Sól: 9.41 g;		Wartość energetyczna: 2557.95 kcal; Białko ogółem: 109.97 g; Tłuszcz: 89.69 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 347.15 g; W tym cukry: 63.05 g; Błonnik pok.: 43.83 g; Sól: 9.83 g;	Wartość energetyczna: 2430.18 kcal; Białko ogółem: 99.88 g; Tłuszcz: 89.54 g; Kw. tł. nasy.: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 323.63 g; W tym cukry: 58.21 g; Błonnik pok.: 40.14 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 2335.55 kcal; Białko ogółem: 91.49 g; Tłuszcz: 66.41 g; Kw. tł. nasy.: 33.55 g; Węglowodany ogółem: 357.54 g; W tym cukry: 57.97 g; Błonnik pok.: 36.46 g; Sól: 10.59 g;	Wartość energetyczna: 1742.24 kcal; Białko ogółem: 88.40 g; Tłuszcz: 48.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.40 g; Węglowodany ogółem: 253.65 g; W tym cukry: 32.31 g; Błonnik pok.: 36.95 g; Sól: 6.11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-04 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g		Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)				Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2592.93 kcal; Białko ogółem: 109.88 g; Tłuszcz: 93.10 g; Kw. tł. nasy.: 45.52 g; Węglowodany ogółem: 339.96 g; W tym cukry: 91.64 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 2520.90 kcal; Białko ogółem: 109.95 g; Tłuszcz: 85.64 g; Kw. tł. nasy.: 45.19 g; Węglowodany ogółem: 333.05 g; W tym cukry: 86.41 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2550.08 kcal; Białko ogółem: 96.40 g; Tłuszcz: 82.24 g; Kw. tł. nasy.: 41.88 g; Węglowodany ogółem: 363.48 g; W tym cukry: 98.15 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.62 g;		Wartość energetyczna: 2326.44 kcal; Białko ogółem: 105.01 g; Tłuszcz: 75.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.79 g; Węglowodany ogółem: 317.80 g; W tym cukry: 79.81 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2362.12 kcal; Białko ogółem: 116.58 g; Tłuszcz: 83.61 g; Kw. tł. nasy.: 40.84 g; Węglowodany ogółem: 297.08 g; W tym cukry: 65.52 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2497.85 kcal; Białko ogółem: 100.71 g; Tłuszcz: 76.48 g; Kw. tł. nasy.: 37.55 g; Węglowodany ogółem: 359.49 g; W tym cukry: 84.94 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 1775.00 kcal; Białko ogółem: 102.23 g; Tłuszcz: 59.94 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; Węglowodany ogółem: 216.47 g; W tym cukry: 29.01 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 7.04 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-05 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2666.54 kcal; Białko ogółem: 96.87 g; Tłuszcz: 94.46 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 366.30 g; W tym cukry: 81.78 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2526.34 kcal; Białko ogółem: 101.68 g; Tłuszcz: 79.18 g; Kw. tł. nasy.: 37.80 g; Węglowodany ogółem: 361.09 g; W tym cukry: 77.74 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2557.04 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 78.95 g; Kw. tł. nasy.: 37.75 g; Węglowodany ogółem: 367.26 g; W tym cukry: 85.00 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 6.78 g;		Wartość energetyczna: 2469.46 kcal; Białko ogółem: 97.00 g; Tłuszcz: 82.27 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; Węglowodany ogółem: 342.95 g; W tym cukry: 81.60 g; Błonnik pok.: 41.72 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2468.44 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 91.36 g; Kw. tł. nasy.: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 314.52 g; W tym cukry: 53.27 g; Błonnik pok.: 45.03 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2470.82 kcal; Białko ogółem: 105.63 g; Tłuszcz: 80.45 g; Kw. tł. nasy.: 39.62 g; Węglowodany ogółem: 338.97 g; W tym cukry: 55.30 g; Błonnik pok.: 30.67 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 1883.11 kcal; Białko ogółem: 81.68 g; Tłuszcz: 62.82 g; Kw. tł. nasy.: 20.73 g; Węglowodany ogółem: 254.20 g; W tym cukry: 30.77 g; Błonnik pok.: 40.24 g; Sól: 5.96 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-06 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Mandarynka 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)			Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Sałata zielona 20 g
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 200 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2837.88 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 107.10 g; Kw. tł. nasy.: 41.64 g; Węglowodany ogółem: 372.42 g; W tym cukry: 81.80 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2711.77 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 89.40 g; Kw. tł. nasy.: 40.53 g; Węglowodany ogółem: 381.45 g; W tym cukry: 91.65 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2815.00 kcal; Białko ogółem: 114.84 g; Tłuszcz: 95.88 g; Kw. tł. nasy.: 42.48 g; Węglowodany ogółem: 384.53 g; W tym cukry: 93.80 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sól: 7.28 g;		Wartość energetyczna: 2537.22 kcal; Białko ogółem: 123.20 g; Tłuszcz: 94.41 g; Kw. tł. nasy.: 35.87 g; Węglowodany ogółem: 313.25 g; W tym cukry: 84.47 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2465.20 kcal; Białko ogółem: 119.04 g; Tłuszcz: 95.17 g; Kw. tł. nasy.: 39.97 g; Węglowodany ogółem: 298.36 g; W tym cukry: 75.43 g; Błonnik pok.: 32.19 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2620.67 kcal; Białko ogółem: 122.48 g; Tłuszcz: 92.81 g; Kw. tł. nasy.: 41.63 g; Węglowodany ogółem: 336.38 g; W tym cukry: 80.59 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 1918.95 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 71.95 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; Węglowodany ogółem: 225.60 g; W tym cukry: 39.30 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 6.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-07 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2856.69 kcal; Białko ogółem: 110.04 g; Tłuszcz: 105.64 g; Kw. tł. nasy.: 43.04 g; Węglowodany ogółem: 375.51 g; W tym cukry: 88.84 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 11.99 g;	Wartość energetyczna: 2563.53 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 375.52 g; W tym cukry: 86.84 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2561.11 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 34.21 g; Węglowodany ogółem: 396.38 g; W tym cukry: 106.71 g; Błonnik pok.: 26.43 g; Sól: 8.74 g;		Wartość energetyczna: 2428.33 kcal; Białko ogółem: 100.97 g; Tłuszcz: 82.08 g; Kw. tł. nasy.: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 335.97 g; W tym cukry: 83.31 g; Błonnik pok.: 33.10 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2439.09 kcal; Białko ogółem: 106.34 g; Tłuszcz: 89.80 g; Kw. tł. nasy.: 36.74 g; Węglowodany ogółem: 314.62 g; W tym cukry: 64.56 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 2456.67 kcal; Białko ogółem: 103.28 g; Tłuszcz: 68.19 g; Kw. tł. nasy.: 35.27 g; Węglowodany ogółem: 365.76 g; W tym cukry: 78.18 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sól: 9.83 g;	Wartość energetyczna: 1888.39 kcal; Białko ogółem: 84.57 g; Tłuszcz: 62.32 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 258.93 g; W tym cukry: 46.82 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 7.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-08 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***)	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2357.41 kcal; Białko ogółem: 91.09 g; Tłuszcz: 87.55 g; Kw. tł. nasy.: 39.92 g; Węglowodany ogółem: 313.07 g; W tym cukry: 68.02 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2005.76 kcal; Białko ogółem: 100.23 g; Tłuszcz: 56.14 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 277.87 g; W tym cukry: 51.71 g; Błonnik pok.: 16.69 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2119.09 kcal; Białko ogółem: 96.81 g; Tłuszcz: 60.10 g; Kw. tł. nasy.: 30.11 g; Węglowodany ogółem: 309.80 g; W tym cukry: 65.32 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 7.45 g;		Wartość energetyczna: 1872.71 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 47.33 g; Kw. tł. nasy.: 16.23 g; Węglowodany ogółem: 274.62 g; W tym cukry: 67.13 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 5.78 g;	Wartość energetyczna: 2173.51 kcal; Białko ogółem: 115.50 g; Tłuszcz: 76.03 g; Kw. tł. nasy.: 43.07 g; Węglowodany ogółem: 268.71 g; W tym cukry: 38.30 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2207.44 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 64.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 312.43 g; W tym cukry: 42.17 g; Błonnik pok.: 33.54 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 1628.63 kcal; Białko ogółem: 100.44 g; Tłuszcz: 39.19 g; Kw. tł. nasy.: 17.54 g; Węglowodany ogółem: 228.43 g; W tym cukry: 26.91 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 5.39 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-25 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN								Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 150 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 300 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2426.04 kcal; Białko ogółem: 105.13 g; Tłuszcz: 74.37 g; Kw. tł. nasy.: 39.20 g; Węglowodany ogółem: 339.87 g; W tym cukry: 76.62 g; Błonnik pok.: 21.35 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2010.58 kcal; Białko ogółem: 59.21 g; Tłuszcz: 59.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 314.79 g; W tym cukry: 48.26 g; Błonnik pok.: 19.22 g; Sól: 4.44 g;	Wartość energetyczna: 2089.33 kcal; Białko ogółem: 61.51 g; Tłuszcz: 67.33 g; Kw. tł. nasy.: 32.85 g; Węglowodany ogółem: 310.03 g; W tym cukry: 64.38 g; Błonnik pok.: 14.38 g; Sól: 3.02 g;	Wartość energetyczna: 2667.54 kcal; Białko ogółem: 93.69 g; Tłuszcz: 96.49 g; Kw. tł. nasy.: 38.32 g; Węglowodany ogółem: 362.11 g; W tym cukry: 71.65 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2463.89 kcal; Białko ogółem: 103.60 g; Tłuszcz: 62.66 g; Kw. tł. nasy.: 34.05 g; Węglowodany ogółem: 374.98 g; W tym cukry: 83.79 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 5.72 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2449.51 kcal; Białko ogółem: 119.90 g; Tłuszcz: 115.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.86 g; Węglowodany ogółem: 239.81 g; W tym cukry: 112.12 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sól: 4.83 g;	Wartość energetyczna: 2454.51 kcal; Białko ogółem: 78.61 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw. tł. nasy.: 37.05 g; Węglowodany ogółem: 389.13 g; W tym cukry: 81.03 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 8.13 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-26 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 150 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Bitka z szynki wieprzowej 50 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz sojowy z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 60 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 3019.79 kcal; Białko ogółem: 151.71 g; Tłuszcz: 108.16 g; Kw. tł. nasy.: 46.22 g; Węglowodany ogółem: 371.13 g; W tym cukry: 83.21 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 2066.96 kcal; Białko ogółem: 63.87 g; Tłuszcz: 71.45 g; Kw. tł. nasy.: 34.45 g; Węglowodany ogółem: 303.28 g; W tym cukry: 44.91 g; Błonnik pok.: 26.54 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2395.21 kcal; Białko ogółem: 92.83 g; Tłuszcz: 92.23 g; Kw. tł. nasy.: 39.38 g; Węglowodany ogółem: 302.47 g; W tym cukry: 71.90 g; Błonnik pok.: 18.39 g; Sól: 5.11 g;	Wartość energetyczna: 2697.65 kcal; Białko ogółem: 107.79 g; Tłuszcz: 88.79 g; Kw. tł. nasy.: 47.46 g; Węglowodany ogółem: 372.65 g; W tym cukry: 78.37 g; Błonnik pok.: 34.51 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 3007.26 kcal; Białko ogółem: 132.48 g; Tłuszcz: 89.29 g; Kw. tł. nasy.: 43.98 g; Węglowodany ogółem: 432.60 g; W tym cukry: 90.36 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 7.03 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2471.18 kcal; Białko ogółem: 127.47 g; Tłuszcz: 122.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 223.27 g; W tym cukry: 103.51 g; Błonnik pok.: 18.45 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 2874.91 kcal; Białko ogółem: 129.13 g; Tłuszcz: 100.21 g; Kw. tł. nasy.: 54.18 g; Węglowodany ogółem: 377.21 g; W tym cukry: 81.60 g; Błonnik pok.: 29.22 g; Sól: 8.57 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-27 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN								Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Pulpet drobiowy 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 150 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 50 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2518.79 kcal; Białko ogółem: 116.28 g; Tłuszcz: 75.23 g; Kw. tł. nasy.: 36.28 g; Węglowodany ogółem: 355.54 g; W tym cukry: 72.92 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 1939.00 kcal; Białko ogółem: 58.87 g; Tłuszcz: 59.90 g; Kw. tł. nasy.: 33.22 g; Węglowodany ogółem: 302.69 g; W tym cukry: 44.87 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 5.93 g;	Wartość energetyczna: 2134.32 kcal; Białko ogółem: 79.19 g; Tłuszcz: 69.96 g; Kw. tł. nasy.: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 305.65 g; W tym cukry: 67.92 g; Błonnik pok.: 19.44 g; Sól: 4.21 g;	Wartość energetyczna: 2437.93 kcal; Białko ogółem: 98.97 g; Tłuszcz: 89.79 g; Kw. tł. nasy.: 47.95 g; Węglowodany ogółem: 318.86 g; W tym cukry: 74.03 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2461.18 kcal; Białko ogółem: 96.65 g; Tłuszcz: 68.67 g; Kw. tł. nasy.: 33.20 g; Węglowodany ogółem: 376.41 g; W tym cukry: 107.96 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2454.48 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 116.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 235.04 g; W tym cukry: 90.42 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2676.26 kcal; Białko ogółem: 108.58 g; Tłuszcz: 86.24 g; Kw. tł. nasy.: 47.82 g; Węglowodany ogółem: 374.96 g; W tym cukry: 85.49 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 9.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-28 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 75 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 25 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2774.14 kcal; Białko ogółem: 132.43 g; Tłuszcz: 97.66 g; Kw. tł. nasy.: 42.84 g; Węglowodany ogółem: 352.98 g; W tym cukry: 69.05 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 7.90 g;	Wartość energetyczna: 2229.76 kcal; Białko ogółem: 67.07 g; Tłuszcz: 74.60 g; Kw. tł. nasy.: 35.44 g; Węglowodany ogółem: 333.43 g; W tym cukry: 43.15 g; Błonnik pok.: 27.08 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2420.99 kcal; Białko ogółem: 87.75 g; Tłuszcz: 91.54 g; Kw. tł. nasy.: 36.99 g; Węglowodany ogółem: 319.21 g; W tym cukry: 65.74 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sól: 4.01 g;	Wartość energetyczna: 2697.95 kcal; Białko ogółem: 92.36 g; Tłuszcz: 109.54 g; Kw. tł. nasy.: 46.31 g; Węglowodany ogółem: 341.04 g; W tym cukry: 74.40 g; Błonnik pok.: 35.93 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2718.07 kcal; Białko ogółem: 112.69 g; Tłuszcz: 90.86 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 375.89 g; W tym cukry: 86.30 g; Błonnik pok.: 31.93 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 124.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 217.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2929.42 kcal; Białko ogółem: 115.66 g; Tłuszcz: 112.61 g; Kw. tł. nasy.: 50.20 g; Węglowodany ogółem: 376.65 g; W tym cukry: 81.41 g; Błonnik pok.: 33.92 g; Sól: 9.51 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-29 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 75 g (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 3 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza gryczana na mleku 400 g (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Twarożek 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 150 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk)(bez glutenu) 100 g (***JAJ, RYB,***) Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos pieczarkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 150 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 50 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2926.81 kcal; Białko ogółem: 126.54 g; Tłuszcz: 104.65 g; Kw. tł. nasy.: 41.68 g; Węglowodany ogółem: 384.18 g; W tym cukry: 126.05 g; Błonnik pok.: 30.62 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2305.40 kcal; Białko ogółem: 56.86 g; Tłuszcz: 74.56 g; Kw. tł. nasy.: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 367.69 g; W tym cukry: 114.28 g; Błonnik pok.: 31.68 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2418.78 kcal; Białko ogółem: 66.82 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw. tł. nasy.: 34.92 g; Węglowodany ogółem: 343.72 g; W tym cukry: 116.80 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 3.86 g;	Wartość energetyczna: 2898.18 kcal; Białko ogółem: 97.83 g; Tłuszcz: 108.80 g; Kw. tł. nasy.: 39.52 g; Węglowodany ogółem: 394.30 g; W tym cukry: 127.69 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sól: 5.47 g;	Wartość energetyczna: 2863.09 kcal; Białko ogółem: 118.60 g; Tłuszcz: 90.44 g; Kw. tł. nasy.: 38.70 g; Węglowodany ogółem: 411.11 g; W tym cukry: 132.19 g; Błonnik pok.: 35.20 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2494.93 kcal; Białko ogółem: 124.95 g; Tłuszcz: 116.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 246.57 g; W tym cukry: 106.51 g; Błonnik pok.: 17.48 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 2790.19 kcal; Białko ogółem: 124.32 g; Tłuszcz: 101.39 g; Kw. tł. nasy.: 47.51 g; Węglowodany ogółem: 362.47 g; W tym cukry: 85.42 g; Błonnik pok.: 33.28 g; Sól: 10.10 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-11-30 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Ser topiony 50 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ.***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 150 g (***GLU PSZ.***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 300 g Bitka wołowa 50 g (***GLU PSZ.***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (***SEL.***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL.***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wołowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ.***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ.***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE.***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek homo. naturalny 150 g (***MLE.***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE.***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE.***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE.***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE.***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Ser topiony 50 g (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE.***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE.***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE.***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE.***)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE.***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE.***)
		Wartość energetyczna: 2750.99 kcal; Białko ogółem: 138.67 g; Tłuszcz: 87.44 g; Kw. tł. nasy.: 40.51 g; Węglowodany ogółem: 364.06 g; W tym cukry: 77.30 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 8.68 g;	Wartość energetyczna: 2024.25 kcal; Białko ogółem: 62.03 g; Tłuszcz: 59.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.33 g; Węglowodany ogółem: 322.62 g; W tym cukry: 43.98 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 2393.85 kcal; Białko ogółem: 88.58 g; Tłuszcz: 83.39 g; Kw. tł. nasy.: 36.23 g; Węglowodany ogółem: 329.02 g; W tym cukry: 67.73 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 4.79 g;	Wartość energetyczna: 2679.90 kcal; Białko ogółem: 84.03 g; Tłuszcz: 99.70 g; Kw. tł. nasy.: 45.59 g; Węglowodany ogółem: 377.22 g; W tym cukry: 81.51 g; Błonnik pok.: 34.77 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 2744.90 kcal; Białko ogółem: 121.04 g; Tłuszcz: 76.68 g; Kw. tł. nasy.: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 405.03 g; W tym cukry: 78.15 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2447.98 kcal; Białko ogółem: 123.40 g; Tłuszcz: 122.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 223.32 g; W tym cukry: 100.45 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2841.11 kcal; Białko ogółem: 113.45 g; Tłuszcz: 92.99 g; Kw. tł. nasy.: 50.29 g; Węglowodany ogółem: 398.50 g; W tym cukry: 90.07 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 10.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-01 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 150 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN								Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Budyń z udźca kurczaka 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet z jaj 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Budyń z udźca kurczaka 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2506.70 kcal; Białko ogółem: 126.43 g; Tłuszcz: 91.31 g; Kw. tł. nasy.: 40.10 g; Węglowodany ogółem: 302.51 g; W tym cukry: 64.92 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2041.77 kcal; Białko ogółem: 62.64 g; Tłuszcz: 63.09 g; Kw. tł. nasy.: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 315.76 g; W tym cukry: 55.81 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 2269.03 kcal; Białko ogółem: 96.43 g; Tłuszcz: 90.75 g; Kw. tł. nasy.: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 269.91 g; W tym cukry: 55.01 g; Błonnik pok.: 17.36 g; Sól: 3.98 g;	Wartość energetyczna: 2504.52 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 101.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 329.16 g; W tym cukry: 66.65 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2564.22 kcal; Białko ogółem: 108.53 g; Tłuszcz: 70.24 g; Kw. tł. nasy.: 35.29 g; Węglowodany ogółem: 384.44 g; W tym cukry: 87.38 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2642.08 kcal; Białko ogółem: 138.14 g; Tłuszcz: 107.11 g; Kw. tł. nasy.: 48.47 g; Węglowodany ogółem: 292.00 g; W tym cukry: 45.65 g; Błonnik pok.: 25.61 g; Sól: 10.16 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-02 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 75 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 25 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 150 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 50 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - wielowarzywna z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2487.16 kcal; Białko ogółem: 104.52 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kw. tł. nasy.: 42.90 g; Węglowodany ogółem: 352.18 g; W tym cukry: 76.15 g; Błonnik pok.: 19.26 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2034.26 kcal; Białko ogółem: 53.72 g; Tłuszcz: 61.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.10 g; Węglowodany ogółem: 323.26 g; W tym cukry: 42.69 g; Błonnik pok.: 19.87 g; Sól: 4.55 g;	Wartość energetyczna: 2207.56 kcal; Białko ogółem: 65.64 g; Tłuszcz: 72.18 g; Kw. tł. nasy.: 36.87 g; Węglowodany ogółem: 325.40 g; W tym cukry: 66.08 g; Błonnik pok.: 14.69 g; Sól: 3.80 g;	Wartość energetyczna: 2396.30 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 81.20 g; Kw. tł. nasy.: 44.84 g; Węglowodany ogółem: 342.07 g; W tym cukry: 67.07 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2453.47 kcal; Białko ogółem: 89.42 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kw. tł. nasy.: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 376.95 g; W tym cukry: 91.74 g; Błonnik pok.: 19.58 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2534.01 kcal; Białko ogółem: 130.40 g; Tłuszcz: 125.65 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 231.08 g; W tym cukry: 104.10 g; Błonnik pok.: 22.04 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 2730.90 kcal; Białko ogółem: 85.59 g; Tłuszcz: 92.06 g; Kw. tł. nasy.: 49.42 g; Węglowodany ogółem: 399.40 g; W tym cukry: 98.19 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 7.94 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-03 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jaglana na sypko 200 g Zrazik wołowy mielony (bez glutenu) 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz z soczewicy i papryki () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 150 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 50 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2676.57 kcal; Białko ogółem: 128.42 g; Tłuszcz: 83.82 g; Kw. tł. nasy.: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 367.78 g; W tym cukry: 73.97 g; Błonnik pok.: 37.15 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2111.52 kcal; Białko ogółem: 63.22 g; Tłuszcz: 66.21 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 329.06 g; W tym cukry: 54.11 g; Błonnik pok.: 35.82 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2292.97 kcal; Białko ogółem: 85.89 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw. tł. nasy.: 31.52 g; Węglowodany ogółem: 323.99 g; W tym cukry: 63.25 g; Błonnik pok.: 27.77 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 2449.20 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 372.43 g; W tym cukry: 68.37 g; Błonnik pok.: 36.40 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2695.97 kcal; Białko ogółem: 109.18 g; Tłuszcz: 75.19 g; Kw. tł. nasy.: 34.91 g; Węglowodany ogółem: 411.93 g; W tym cukry: 72.96 g; Błonnik pok.: 38.18 g; Sól: 9.02 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2373.20 kcal; Białko ogółem: 122.23 g; Tłuszcz: 114.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 220.37 g; W tym cukry: 95.01 g; Błonnik pok.: 21.86 g; Sól: 4.05 g;	Wartość energetyczna: 2795.30 kcal; Białko ogółem: 119.15 g; Tłuszcz: 83.40 g; Kw. tł. nasy.: 37.04 g; Węglowodany ogółem: 409.84 g; W tym cukry: 65.19 g; Błonnik pok.: 42.53 g; Sól: 9.35 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-04 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 150 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN								Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SÉL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 230 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SÉL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SÉL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Klopsik drobiowy z udźca 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SÉL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (***MLE, SÉL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml (***SÉL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SÉL,***) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 350 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SÉL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SÉL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SÉL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SÉL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 75 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 25 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2863.70 kcal; Białko ogółem: 144.94 g; Tłuszcz: 104.71 g; Kw. tł. nasy.: 51.92 g; Węglowodany ogółem: 340.85 g; W tym cukry: 93.41 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 1950.78 kcal; Białko ogółem: 56.27 g; Tłuszcz: 56.01 g; Kw. tł. nasy.: 30.91 g; Węglowodany ogółem: 311.38 g; W tym cukry: 46.82 g; Błonnik pok.: 21.88 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 2392.41 kcal; Białko ogółem: 91.22 g; Tłuszcz: 88.69 g; Kw. tł. nasy.: 42.49 g; Węglowodany ogółem: 308.71 g; W tym cukry: 82.51 g; Błonnik pok.: 17.90 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 2394.72 kcal; Białko ogółem: 81.99 g; Tłuszcz: 88.64 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 322.38 g; W tym cukry: 100.24 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2659.48 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 82.07 g; Kw. tł. nasy.: 41.47 g; Węglowodany ogółem: 385.42 g; W tym cukry: 102.42 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2522.56 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 121.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 237.97 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 4.07 g;	Wartość energetyczna: 3005.73 kcal; Białko ogółem: 122.95 g; Tłuszcz: 115.23 g; Kw. tł. nasy.: 53.76 g; Węglowodany ogółem: 375.76 g; W tym cukry: 92.10 g; Błonnik pok.: 21.58 g; Sól: 10.53 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-05 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 75 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 300 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g (***SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemn () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 150 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mus z jabłek () b/c 100 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2703.27 kcal; Białko ogółem: 120.28 g; Tłuszcz: 88.11 g; Kw. tł. nasy.: 40.63 g; Węglowodany ogółem: 366.96 g; W tym cukry: 80.39 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2216.67 kcal; Białko ogółem: 68.94 g; Tłuszcz: 70.72 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 336.17 g; W tym cukry: 51.64 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 5.34 g;	Wartość energetyczna: 2302.54 kcal; Białko ogółem: 78.22 g; Tłuszcz: 80.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 321.28 g; W tym cukry: 71.48 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 3.27 g;	Wartość energetyczna: 2697.69 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 95.73 g; Kw. tł. nasy.: 42.86 g; Węglowodany ogółem: 380.30 g; W tym cukry: 86.97 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2688.39 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 78.58 g; Kw. tł. nasy.: 37.32 g; Węglowodany ogółem: 395.98 g; W tym cukry: 88.59 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2381.92 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 113.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 225.74 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 18.96 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2853.24 kcal; Białko ogółem: 124.72 g; Tłuszcz: 99.34 g; Kw. tł. nasy.: 48.58 g; Węglowodany ogółem: 375.51 g; W tym cukry: 60.05 g; Błonnik pok.: 31.44 g; Sól: 9.30 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-06 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***) Serek homo. naturalny 75 g (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 150 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Ryba pieczona (Morszczuk) 50 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 150 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2966.05 kcal; Białko ogółem: 140.31 g; Tłuszcz: 101.00 g; Kw. tł. nasy.: 42.87 g; Węglowodany ogółem: 384.80 g; W tym cukry: 92.18 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2334.09 kcal; Białko ogółem: 63.79 g; Tłuszcz: 73.41 g; Kw. tł. nasy.: 35.31 g; Węglowodany ogółem: 365.72 g; W tym cukry: 65.78 g; Błonnik pok.: 28.72 g; Sól: 5.22 g;	Wartość energetyczna: 2515.43 kcal; Białko ogółem: 83.34 g; Tłuszcz: 87.81 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 354.31 g; W tym cukry: 81.96 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 3.97 g;	Wartość energetyczna: 2663.96 kcal; Białko ogółem: 86.55 g; Tłuszcz: 90.87 g; Kw. tł. nasy.: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 384.72 g; W tym cukry: 84.07 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2969.88 kcal; Białko ogółem: 118.00 g; Tłuszcz: 95.91 g; Kw. tł. nasy.: 42.42 g; Węglowodany ogółem: 421.41 g; W tym cukry: 98.37 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2563.99 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 123.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2832.94 kcal; Białko ogółem: 123.95 g; Tłuszcz: 89.90 g; Kw. tł. nasy.: 42.72 g; Węglowodany ogółem: 395.34 g; W tym cukry: 109.00 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 8.67 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-07 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 150 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 50 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz sojowy z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)						Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2726.83 kcal; Białko ogółem: 122.00 g; Tłuszcz: 85.19 g; Kw. tł. nasy.: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 379.25 g; W tym cukry: 86.98 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sól: 10.18 g;	Wartość energetyczna: 2232.45 kcal; Białko ogółem: 62.04 g; Tłuszcz: 70.55 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 348.33 g; W tym cukry: 61.53 g; Błonnik pok.: 27.20 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2353.15 kcal; Białko ogółem: 78.03 g; Tłuszcz: 80.15 g; Kw. tł. nasy.: 32.22 g; Węglowodany ogółem: 332.62 g; W tym cukry: 76.08 g; Błonnik pok.: 17.03 g; Sól: 4.90 g;	Wartość energetyczna: 2547.02 kcal; Białko ogółem: 101.98 g; Tłuszcz: 80.73 g; Kw. tł. nasy.: 39.90 g; Węglowodany ogółem: 358.41 g; W tym cukry: 86.80 g; Błonnik pok.: 36.77 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2681.22 kcal; Białko ogółem: 104.21 g; Tłuszcz: 67.55 g; Kw. tł. nasy.: 33.03 g; Węglowodany ogółem: 428.18 g; W tym cukry: 112.62 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2443.39 kcal; Białko ogółem: 120.59 g; Tłuszcz: 115.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 238.44 g; W tym cukry: 113.69 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 4.82 g;	Wartość energetyczna: 2782.65 kcal; Białko ogółem: 121.83 g; Tłuszcz: 89.35 g; Kw. tł. nasy.: 45.00 g; Węglowodany ogółem: 380.59 g; W tym cukry: 98.06 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sól: 10.53 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-25 do dnia 2024-12-08 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-08 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN								Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 150 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Schab gotowany 50 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso (schab) mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 75 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2173.49 kcal; Białko ogółem: 129.09 g; Tłuszcz: 61.17 g; Kw. tł. nasy.: 31.03 g; Węglowodany ogółem: 279.74 g; W tym cukry: 51.92 g; Błonnik pok.: 16.69 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2039.58 kcal; Białko ogółem: 74.20 g; Tłuszcz: 59.56 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 305.83 g; W tym cukry: 52.00 g; Błonnik pok.: 19.01 g; Sól: 5.47 g;	Wartość energetyczna: 1831.02 kcal; Białko ogółem: 78.77 g; Tłuszcz: 57.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 247.52 g; W tym cukry: 42.91 g; Błonnik pok.: 11.45 g; Sól: 3.10 g;	Wartość energetyczna: 2259.16 kcal; Białko ogółem: 74.78 g; Tłuszcz: 84.32 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 314.01 g; W tym cukry: 67.34 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sól: 5.65 g;	Wartość energetyczna: 2606.86 kcal; Białko ogółem: 111.55 g; Tłuszcz: 75.14 g; Kw. tł. nasy.: 34.12 g; Węglowodany ogółem: 384.17 g; W tym cukry: 84.87 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2465.95 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 114.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 240.94 g; W tym cukry: 91.79 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2284.68 kcal; Białko ogółem: 110.33 g; Tłuszcz: 76.24 g; Kw. tł. nasy.: 45.55 g; Węglowodany ogółem: 296.27 g; W tym cukry: 29.62 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 9.32 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-25 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2266.78 kcal; Białko ogółem: 69.54 g; Tłuszcz: 61.97 g; Kw. tł. nasy.: 33.53 g; Węglowodany ogółem: 361.23 g; W tym cukry: 79.88 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 6.59 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-26 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN	
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2801.56 kcal; Białko ogółem: 116.39 g; Tłuszcz: 96.36 g; Kw. tł. nasy.: 52.75 g; Węglowodany ogółem: 378.85 g; W tym cukry: 82.76 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 7.11 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-27 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	II ŚN	
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2450.14 kcal; Białko ogółem: 97.04 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 44.26 g; Węglowodany ogółem: 340.18 g; W tym cukry: 89.14 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sól: 8.37 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-28 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU_OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2707.07 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 106.96 g; Kw. tł. nasy.: 49.06 g; Węglowodany ogółem: 349.60 g; W tym cukry: 82.57 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sól: 8.16 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-29 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)
	II ŚN	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2537.37 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz: 77.93 g; Kw. tł. nasy.: 34.09 g; Węglowodany ogółem: 379.66 g; W tym cukry: 124.26 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 7.55 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-11-30 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN	
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g
		Wartość energetyczna: 2640.69 kcal; Białko ogółem: 106.32 g; Tłuszcz: 88.80 g; Kw. tł. nasy.: 46.79 g; Węglowodany ogółem: 363.69 g; W tym cukry: 74.87 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 8.72 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-01 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN	
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2502.23 kcal; Białko ogółem: 121.30 g; Tłuszcz: 101.47 g; Kw. tł. nasy.: 47.33 g; Węglowodany ogółem: 285.56 g; W tym cukry: 63.79 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sól: 8.86 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-02 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU_OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g
		Wartość energetyczna: 2505.95 kcal; Białko ogółem: 74.00 g; Tłuszcz: 86.06 g; Kw. tł. nasy.: 46.14 g; Węglowodany ogółem: 367.56 g; W tym cukry: 88.76 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 7.36 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-03 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2572.95 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 77.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 382.79 g; W tym cukry: 66.35 g; Błonnik pok.: 40.12 g; Sól: 8.00 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-04 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN	
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2733.08 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 110.82 g; Kw. tł. nasy.: 50.24 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; W tym cukry: 74.91 g; Błonnik pok.: 19.12 g; Sól: 8.99 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-05 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PŚZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2625.02 kcal; Białko ogółem: 98.66 g; Tłuszcz: 89.61 g; Kw. tł. nasy.: 45.06 g; Węglowodany ogółem: 365.06 g; W tym cukry: 81.59 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 7.77 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-06 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)
	II ŚN	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2621.26 kcal; Białko ogółem: 99.65 g; Tłuszcz: 84.23 g; Kw. tł. nasy.: 38.77 g; Węglowodany ogółem: 377.84 g; W tym cukry: 93.71 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 6.70 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-07 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	II ŚN	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2569.43 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 79.59 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 374.83 g; W tym cukry: 114.80 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 8.77 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-08 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2166.73 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 40.02 g; Węglowodany ogółem: 292.28 g; W tym cukry: 51.47 g; Błonnik pok.: 18.81 g; Sól: 7.98 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-09 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)			Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka () 200 g (***MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 200 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 100 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2393.18 kcal; Białko ogółem: 88.29 g; Tłuszcz: 73.90 g; Kw. tł. nasy.: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 359.63 g; W tym cukry: 87.51 g; Błonnik pok.: 39.83 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2368.04 kcal; Białko ogółem: 87.49 g; Tłuszcz: 73.51 g; Kw. tł. nasy.: 34.89 g; Węglowodany ogółem: 352.46 g; W tym cukry: 100.40 g; Błonnik pok.: 34.51 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 2406.94 kcal; Białko ogółem: 97.10 g; Tłuszcz: 74.31 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 350.37 g; W tym cukry: 97.14 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2252.54 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 69.30 g; Kw. tł. nasy.: 25.99 g; Węglowodany ogółem: 339.83 g; W tym cukry: 91.46 g; Błonnik pok.: 46.39 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2186.55 kcal; Białko ogółem: 84.45 g; Tłuszcz: 70.00 g; Kw. tł. nasy.: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 321.94 g; W tym cukry: 76.09 g; Błonnik pok.: 41.66 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2310.41 kcal; Białko ogółem: 91.06 g; Tłuszcz: 69.93 g; Kw. tł. nasy.: 34.72 g; Węglowodany ogółem: 341.54 g; W tym cukry: 85.64 g; Błonnik pok.: 31.59 g; Sól: 9.58 g;	Wartość energetyczna: 1824.50 kcal; Białko ogółem: 70.00 g; Tłuszcz: 63.34 g; Kw. tł. nasy.: 31.07 g; Węglowodany ogółem: 258.56 g; W tym cukry: 49.46 g; Błonnik pok.: 36.96 g; Sól: 7.10 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-10 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jabłko 150 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2646.34 kcal; Białko ogółem: 124.07 g; Tłuszcz: 85.40 g; Kw. tł. nasy.: 39.14 g; Węglowodany ogółem: 350.95 g; W tym cukry: 65.44 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 2599.69 kcal; Białko ogółem: 119.46 g; Tłuszcz: 75.48 g; Kw. tł. nasy.: 36.76 g; Węglowodany ogółem: 365.67 g; W tym cukry: 73.72 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 2683.97 kcal; Białko ogółem: 119.11 g; Tłuszcz: 75.27 g; Kw. tł. nasy.: 36.65 g; Węglowodany ogółem: 383.09 g; W tym cukry: 91.48 g; Błonnik pok.: 20.68 g; Sól: 7.60 g;		Wartość energetyczna: 2231.02 kcal; Białko ogółem: 117.52 g; Tłuszcz: 66.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 298.21 g; W tym cukry: 66.87 g; Błonnik pok.: 30.90 g; Sól: 8.67 g;	Wartość energetyczna: 2199.10 kcal; Białko ogółem: 116.43 g; Tłuszcz: 72.25 g; Kw. tł. nasy.: 36.34 g; Węglowodany ogółem: 278.89 g; W tym cukry: 56.48 g; Błonnik pok.: 34.74 g; Sól: 9.12 g;	Wartość energetyczna: 2520.66 kcal; Białko ogółem: 117.56 g; Tłuszcz: 73.42 g; Kw. tł. nasy.: 38.16 g; Węglowodany ogółem: 349.99 g; W tym cukry: 84.11 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 1692.92 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 47.48 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; Węglowodany ogółem: 222.14 g; W tym cukry: 33.59 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sól: 7.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-11 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2680.40 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 94.81 g; Kw. tł. nasy.: 44.19 g; Węglowodany ogółem: 369.58 g; W tym cukry: 95.80 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2324.65 kcal; Białko ogółem: 97.20 g; Tłuszcz: 63.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.93 g; Węglowodany ogółem: 355.01 g; W tym cukry: 96.41 g; Błonnik pok.: 25.84 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2323.75 kcal; Białko ogółem: 99.64 g; Tłuszcz: 62.62 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 350.91 g; W tym cukry: 84.32 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.80 g;		Wartość energetyczna: 2321.81 kcal; Białko ogółem: 109.19 g; Tłuszcz: 65.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 341.46 g; W tym cukry: 76.94 g; Błonnik pok.: 34.11 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2466.60 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz: 81.93 g; Kw. tł. nasy.: 42.82 g; Węglowodany ogółem: 346.27 g; W tym cukry: 76.45 g; Błonnik pok.: 36.74 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 2278.27 kcal; Białko ogółem: 93.82 g; Tłuszcz: 58.76 g; Kw. tł. nasy.: 32.13 g; Węglowodany ogółem: 355.22 g; W tym cukry: 80.46 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 1793.65 kcal; Białko ogółem: 86.33 g; Tłuszcz: 54.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 255.50 g; W tym cukry: 41.64 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sól: 8.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-12 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2810.18 kcal; Białko ogółem: 108.18 g; Tłuszcz: 104.55 g; Kw. tł. nasy.: 40.88 g; Węglowodany ogółem: 371.93 g; W tym cukry: 82.84 g; Błonnik pok.: 32.35 g; Sól: 8.12 g;	Wartość energetyczna: 2547.45 kcal; Białko ogółem: 107.33 g; Tłuszcz: 76.93 g; Kw. tł. nasy.: 37.93 g; Węglowodany ogółem: 368.06 g; W tym cukry: 80.09 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2575.05 kcal; Białko ogółem: 106.92 g; Tłuszcz: 76.60 g; Kw. tł. nasy.: 37.82 g; Węglowodany ogółem: 374.30 g; W tym cukry: 87.45 g; Błonnik pok.: 29.84 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2665.39 kcal; Białko ogółem: 108.90 g; Tłuszcz: 82.65 g; Kw. tł. nasy.: 38.53 g; Węglowodany ogółem: 380.29 g; W tym cukry: 84.93 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 2565.40 kcal; Białko ogółem: 110.45 g; Tłuszcz: 85.82 g; Kw. tł. nasy.: 29.87 g; Węglowodany ogółem: 351.84 g; W tym cukry: 77.30 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2421.55 kcal; Białko ogółem: 102.39 g; Tłuszcz: 87.04 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 320.99 g; W tym cukry: 44.07 g; Błonnik pok.: 34.46 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2344.20 kcal; Białko ogółem: 93.07 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw. tł. nasy.: 34.81 g; Węglowodany ogółem: 347.34 g; W tym cukry: 67.40 g; Błonnik pok.: 34.19 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 1963.95 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 65.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.42 g; Węglowodany ogółem: 263.45 g; W tym cukry: 42.05 g; Błonnik pok.: 29.90 g; Sól: 6.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-13 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II SN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2789.89 kcal; Białko ogółem: 115.52 g; Tłuszcz: 96.24 g; Kw. tł. nasy.: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 375.48 g; W tym cukry: 112.61 g; Błonnik pok.: 31.41 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2537.03 kcal; Białko ogółem: 109.75 g; Tłuszcz: 79.45 g; Kw. tł. nasy.: 37.43 g; Węglowodany ogółem: 353.79 g; W tym cukry: 101.23 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2640.25 kcal; Białko ogółem: 118.16 g; Tłuszcz: 85.93 g; Kw. tł. nasy.: 39.38 g; Węglowodany ogółem: 356.88 g; W tym cukry: 103.38 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sól: 7.93 g;		Wartość energetyczna: 2384.37 kcal; Białko ogółem: 111.53 g; Tłuszcz: 71.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 335.27 g; W tym cukry: 103.77 g; Błonnik pok.: 33.42 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2498.73 kcal; Białko ogółem: 122.58 g; Tłuszcz: 93.01 g; Kw. tł. nasy.: 48.40 g; Węglowodany ogółem: 308.65 g; W tym cukry: 73.07 g; Błonnik pok.: 32.08 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2572.32 kcal; Białko ogółem: 126.02 g; Tłuszcz: 87.01 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 331.75 g; W tym cukry: 71.30 g; Błonnik pok.: 26.71 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 1890.74 kcal; Białko ogółem: 100.57 g; Tłuszcz: 65.63 g; Kw. tł. nasy.: 30.97 g; Węglowodany ogółem: 239.04 g; W tym cukry: 45.37 g; Błonnik pok.: 28.17 g; Sól: 6.16 g;

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-14 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Musztarda 20 g (***GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2914.29 kcal; Białko ogółem: 126.62 g; Tłuszcz: 105.23 g; Kw. tł. nasy.: 42.78 g; Węglowodany ogółem: 380.20 g; W tym cukry: 81.42 g; Błonnik pok.: 35.35 g; Sól: 10.22 g;	Wartość energetyczna: 2568.54 kcal; Białko ogółem: 108.90 g; Tłuszcz: 84.72 g; Kw. tł. nasy.: 35.39 g; Węglowodany ogółem: 356.83 g; W tym cukry: 84.96 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2542.63 kcal; Białko ogółem: 108.92 g; Tłuszcz: 74.52 g; Kw. tł. nasy.: 34.47 g; Węglowodany ogółem: 372.79 g; W tym cukry: 106.46 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2413.85 kcal; Białko ogółem: 115.99 g; Tłuszcz: 74.53 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 337.43 g; W tym cukry: 73.34 g; Błonnik pok.: 36.97 g; Sól: 8.59 g;	Wartość energetyczna: 2419.51 kcal; Białko ogółem: 121.13 g; Tłuszcz: 82.36 g; Kw. tł. nasy.: 36.41 g; Węglowodany ogółem: 317.00 g; W tym cukry: 62.15 g; Błonnik pok.: 37.31 g; Sól: 9.29 g;	Wartość energetyczna: 2527.10 kcal; Białko ogółem: 111.50 g; Tłuszcz: 84.73 g; Kw. tł. nasy.: 36.75 g; Węglowodany ogółem: 343.00 g; W tym cukry: 69.67 g; Błonnik pok.: 34.50 g; Sól: 9.13 g;	Wartość energetyczna: 1813.81 kcal; Białko ogółem: 101.84 g; Tłuszcz: 56.01 g; Kw. tł. nasy.: 20.70 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 35.09 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sól: 8.04 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-15 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Salami kiełbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewajaca, wędzona. 50 g (***SOJ, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2381.45 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 93.87 g; Kw. tł. nasy.: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 287.43 g; W tym cukry: 65.97 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2148.81 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 270.64 g; W tym cukry: 55.41 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2036.68 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 301.66 g; W tym cukry: 59.91 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2004.45 kcal; Białko ogółem: 101.44 g; Tłuszcz: 69.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 256.86 g; W tym cukry: 58.88 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2346.52 kcal; Białko ogółem: 120.60 g; Tłuszcz: 84.86 g; Kw. tł. nasy.: 41.31 g; Węglowodany ogółem: 288.10 g; W tym cukry: 65.26 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2243.38 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 64.15 g; Kw. tł. nasy.: 36.31 g; Węglowodany ogółem: 333.54 g; W tym cukry: 65.07 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 1792.82 kcal; Białko ogółem: 103.17 g; Tłuszcz: 58.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 225.54 g; W tym cukry: 40.59 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 6.23 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-16 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)				Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2400.66 kcal; Białko ogółem: 87.04 g; Tłuszcz: 70.65 g; Kw. tł. nasy.: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 362.26 g; W tym cukry: 76.18 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2372.76 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 69.07 g; Kw. tł. nasy.: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 363.13 g; W tym cukry: 77.92 g; Błonnik pok.: 21.94 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2419.77 kcal; Białko ogółem: 84.58 g; Tłuszcz: 69.03 g; Kw. tł. nasy.: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 372.68 g; W tym cukry: 87.58 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 8.02 g;		Wartość energetyczna: 2173.50 kcal; Białko ogółem: 79.55 g; Tłuszcz: 60.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 339.07 g; W tym cukry: 76.30 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 2081.64 kcal; Białko ogółem: 83.82 g; Tłuszcz: 68.38 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 294.40 g; W tym cukry: 47.96 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 2196.76 kcal; Białko ogółem: 78.25 g; Tłuszcz: 66.54 g; Kw. tł. nasy.: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 330.16 g; W tym cukry: 58.88 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 1567.89 kcal; Białko ogółem: 67.37 g; Tłuszcz: 43.85 g; Kw. tł. nasy.: 19.94 g; Węglowodany ogółem: 235.38 g; W tym cukry: 33.67 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 6.99 g;

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-17 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 200 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2275.13 kcal; Białko ogółem: 105.19 g; Tłuszcz: 69.63 g; Kw. tł. nasy.: 33.67 g; Węglowodany ogółem: 320.40 g; W tym cukry: 60.59 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2242.51 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 67.68 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 320.92 g; W tym cukry: 65.78 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2455.29 kcal; Białko ogółem: 108.13 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw. tł. nasy.: 37.46 g; Węglowodany ogółem: 346.88 g; W tym cukry: 74.89 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 7.23 g;		Wartość energetyczna: 2096.69 kcal; Białko ogółem: 103.81 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw. tł. nasy.: 23.41 g; Węglowodany ogółem: 299.04 g; W tym cukry: 62.33 g; Błonnik pok.: 37.18 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2085.36 kcal; Białko ogółem: 101.76 g; Tłuszcz: 64.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.28 g; Węglowodany ogółem: 290.08 g; W tym cukry: 52.21 g; Błonnik pok.: 35.97 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 2358.76 kcal; Białko ogółem: 102.09 g; Tłuszcz: 71.35 g; Kw. tł. nasy.: 36.17 g; Węglowodany ogółem: 338.06 g; W tym cukry: 63.39 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 1576.11 kcal; Białko ogółem: 86.86 g; Tłuszcz: 41.36 g; Kw. tł. nasy.: 17.25 g; Węglowodany ogółem: 228.83 g; W tym cukry: 27.15 g; Błonnik pok.: 32.74 g; Sól: 6.10 g;

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-18 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)				Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2798.75 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 112.51 g; Kw. tł. nasy.: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 357.82 g; W tym cukry: 74.56 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sól: 10.68 g;	Wartość energetyczna: 2638.23 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 86.30 g; Kw. tł. nasy.: 39.98 g; Węglowodany ogółem: 367.39 g; W tym cukry: 72.13 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2636.79 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 91.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 356.69 g; W tym cukry: 74.23 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 8.43 g;		Wartość energetyczna: 2460.20 kcal; Białko ogółem: 104.75 g; Tłuszcz: 81.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 345.17 g; W tym cukry: 74.46 g; Błonnik pok.: 34.78 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2593.83 kcal; Białko ogółem: 108.78 g; Tłuszcz: 90.96 g; Kw. tł. nasy.: 39.52 g; Węglowodany ogółem: 351.31 g; W tym cukry: 70.80 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 9.05 g;	Wartość energetyczna: 2623.22 kcal; Białko ogółem: 100.91 g; Tłuszcz: 87.01 g; Kw. tł. nasy.: 39.62 g; Węglowodany ogółem: 369.56 g; W tym cukry: 74.81 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 9.60 g;	Wartość energetyczna: 1950.54 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz: 66.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 258.23 g; W tym cukry: 33.73 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 7.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-19 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g		Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)				Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)
		Wartość energetyczna: 2657.93 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 94.48 g; Kw. tł. nasy.: 46.26 g; Węglowodany ogółem: 346.35 g; W tym cukry: 68.25 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 2423.68 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 75.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 326.92 g; W tym cukry: 68.14 g; Błonnik pok.: 16.30 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2467.30 kcal; Białko ogółem: 111.67 g; Tłuszcz: 74.73 g; Kw. tł. nasy.: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 344.95 g; W tym cukry: 72.29 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sól: 7.62 g;		Wartość energetyczna: 2522.15 kcal; Białko ogółem: 119.84 g; Tłuszcz: 82.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 334.09 g; W tym cukry: 61.79 g; Błonnik pok.: 31.59 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2602.06 kcal; Białko ogółem: 118.46 g; Tłuszcz: 87.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 344.56 g; W tym cukry: 63.99 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 6.85 g;	Wartość energetyczna: 2462.00 kcal; Białko ogółem: 106.30 g; Tłuszcz: 72.09 g; Kw. tł. nasy.: 36.58 g; Węglowodany ogółem: 355.56 g; W tym cukry: 73.12 g; Błonnik pok.: 25.18 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 1979.70 kcal; Białko ogółem: 103.13 g; Tłuszcz: 63.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 256.72 g; W tym cukry: 26.88 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 5.56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-20 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 200 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2772.69 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 101.35 g; Kw. tł. nasy.: 37.34 g; Węglowodany ogółem: 374.93 g; W tym cukry: 94.81 g; Błonnik pok.: 31.18 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2482.43 kcal; Białko ogółem: 99.96 g; Tłuszcz: 77.70 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 356.86 g; W tym cukry: 97.09 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 2601.13 kcal; Białko ogółem: 108.12 g; Tłuszcz: 83.78 g; Kw. tł. nasy.: 36.86 g; Węglowodany ogółem: 362.84 g; W tym cukry: 104.02 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2337.56 kcal; Białko ogółem: 116.77 g; Tłuszcz: 74.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 314.06 g; W tym cukry: 71.36 g; Błonnik pok.: 34.67 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2289.41 kcal; Białko ogółem: 112.67 g; Tłuszcz: 77.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.33 g; Węglowodany ogółem: 298.72 g; W tym cukry: 61.42 g; Błonnik pok.: 35.37 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2487.28 kcal; Białko ogółem: 115.66 g; Tłuszcz: 80.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 334.95 g; W tym cukry: 73.31 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 1780.84 kcal; Białko ogółem: 98.68 g; Tłuszcz: 54.49 g; Kw. tł. nasy.: 19.32 g; Węglowodany ogółem: 236.52 g; W tym cukry: 36.65 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sól: 5.48 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-21 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II SN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (***SEL,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml			Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2700.56 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 98.67 g; Kw. tł. nasy.: 47.32 g; Węglowodany ogółem: 366.23 g; W tym cukry: 73.57 g; Błonnik pok.: 40.43 g; Sól: 9.38 g;	Wartość energetyczna: 2547.63 kcal; Białko ogółem: 104.78 g; Tłuszcz: 75.60 g; Kw. tł. nasy.: 36.07 g; Węglowodany ogółem: 373.36 g; W tym cukry: 81.88 g; Błonnik pok.: 23.66 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2578.33 kcal; Białko ogółem: 104.98 g; Tłuszcz: 75.37 g; Kw. tł. nasy.: 36.02 g; Węglowodany ogółem: 379.53 g; W tym cukry: 89.14 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 8.69 g;		Wartość energetyczna: 2493.32 kcal; Białko ogółem: 109.10 g; Tłuszcz: 83.72 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 343.59 g; W tym cukry: 69.57 g; Błonnik pok.: 32.56 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 2464.22 kcal; Białko ogółem: 104.87 g; Tłuszcz: 86.51 g; Kw. tł. nasy.: 44.39 g; Węglowodany ogółem: 335.35 g; W tym cukry: 69.08 g; Błonnik pok.: 35.19 g; Sól: 9.07 g;	Wartość energetyczna: 2456.04 kcal; Białko ogółem: 96.76 g; Tłuszcz: 70.57 g; Kw. tł. nasy.: 35.24 g; Węglowodany ogółem: 369.43 g; W tym cukry: 85.28 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 9.82 g;	Wartość energetyczna: 1857.21 kcal; Białko ogółem: 89.04 g; Tłuszcz: 61.71 g; Kw. tł. nasy.: 28.76 g; Węglowodany ogółem: 251.79 g; W tym cukry: 34.47 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 7.83 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-22 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 200 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2293.67 kcal; Białko ogółem: 87.26 g; Tłuszcz: 78.42 g; Kw. tł. nasy.: 34.40 g; Węglowodany ogółem: 321.15 g; W tym cukry: 68.30 g; Błonnik pok.: 31.73 g; Sól: 6.04 g;	Wartość energetyczna: 2194.73 kcal; Białko ogółem: 94.60 g; Tłuszcz: 68.61 g; Kw. tł. nasy.: 34.21 g; Węglowodany ogółem: 312.46 g; W tym cukry: 76.73 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2209.91 kcal; Białko ogółem: 95.04 g; Tłuszcz: 68.79 g; Kw. tł. nasy.: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 315.71 g; W tym cukry: 79.23 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.73 g;		Wartość energetyczna: 1955.37 kcal; Białko ogółem: 102.72 g; Tłuszcz: 56.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.00 g; Węglowodany ogółem: 275.91 g; W tym cukry: 57.69 g; Błonnik pok.: 37.27 g; Sól: 6.06 g;	Wartość energetyczna: 2226.42 kcal; Białko ogółem: 115.20 g; Tłuszcz: 68.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.67 g; Węglowodany ogółem: 303.73 g; W tym cukry: 66.11 g; Błonnik pok.: 39.01 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 2340.76 kcal; Białko ogółem: 109.53 g; Tłuszcz: 69.68 g; Kw. tł. nasy.: 33.77 g; Węglowodany ogółem: 331.67 g; W tym cukry: 72.27 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.18 g;	Wartość energetyczna: 1701.58 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 43.53 g; Kw. tł. nasy.: 18.01 g; Węglowodany ogółem: 243.07 g; W tym cukry: 37.76 g; Błonnik pok.: 35.70 g; Sól: 5.67 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-09 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 250 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 100 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g (***SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka () 200 g (***MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 150 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 50 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Roszponka 10 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 100 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2520.41 kcal; Białko ogółem: 105.00 g; Tłuszcz: 79.16 g; Kw. tł. nasy.: 36.72 g; Węglowodany ogółem: 361.35 g; W tym cukry: 102.69 g; Błonnik pok.: 35.95 g; Sól: 9.50 g;	Wartość energetyczna: 1999.79 kcal; Białko ogółem: 52.06 g; Tłuszcz: 62.95 g; Kw. tł. nasy.: 32.51 g; Węglowodany ogółem: 319.94 g; W tym cukry: 71.81 g; Błonnik pok.: 32.15 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 2135.54 kcal; Białko ogółem: 67.72 g; Tłuszcz: 73.46 g; Kw. tł. nasy.: 31.91 g; Węglowodany ogółem: 306.79 g; W tym cukry: 82.01 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2615.33 kcal; Białko ogółem: 85.00 g; Tłuszcz: 95.85 g; Kw. tł. nasy.: 38.64 g; Węglowodany ogółem: 364.22 g; W tym cukry: 87.67 g; Błonnik pok.: 37.45 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2523.39 kcal; Białko ogółem: 103.09 g; Tłuszcz: 72.92 g; Kw. tł. nasy.: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 377.52 g; W tym cukry: 100.21 g; Błonnik pok.: 32.93 g; Sól: 8.59 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2528.02 kcal; Białko ogółem: 124.57 g; Tłuszcz: 117.84 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 251.80 g; W tym cukry: 109.99 g; Błonnik pok.: 24.30 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2659.91 kcal; Białko ogółem: 98.48 g; Tłuszcz: 89.69 g; Kw. tł. nasy.: 43.34 g; Węglowodany ogółem: 380.98 g; W tym cukry: 98.68 g; Błonnik pok.: 37.79 g; Sól: 11.44 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-10 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Obiad	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 150 g Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 300 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Dynia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z warzywami i serem żółtym* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso wieprzowe (szynka) mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)			Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2740.99 kcal; Białko ogółem: 144.52 g; Tłuszcz: 79.90 g; Kw. tł. nasy.: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 366.15 g; W tym cukry: 73.99 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 2134.65 kcal; Białko ogółem: 69.36 g; Tłuszcz: 66.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.21 g; Węglowodany ogółem: 322.99 g; W tym cukry: 55.01 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 5.38 g;	Wartość energetyczna: 2210.88 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz: 73.96 g; Kw. tł. nasy.: 33.58 g; Węglowodany ogółem: 297.39 g; W tym cukry: 64.38 g; Błonnik pok.: 16.07 g; Sól: 4.45 g;	Wartość energetyczna: 2654.51 kcal; Białko ogółem: 88.73 g; Tłuszcz: 98.12 g; Kw. tł. nasy.: 49.78 g; Węglowodany ogółem: 363.65 g; W tym cukry: 66.41 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 3036.91 kcal; Białko ogółem: 129.37 g; Tłuszcz: 85.30 g; Kw. tł. nasy.: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 441.10 g; W tym cukry: 95.69 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sól: 7.47 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2447.59 kcal; Białko ogółem: 127.35 g; Tłuszcz: 118.77 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 227.21 g; W tym cukry: 109.01 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 4.41 g;	Wartość energetyczna: 2928.44 kcal; Białko ogółem: 134.43 g; Tłuszcz: 88.48 g; Kw. tł. nasy.: 44.46 g; Węglowodany ogółem: 401.12 g; W tym cukry: 102.08 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sól: 9.07 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-11 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 150 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw () 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 75 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 25 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g
		Wartość energetyczna: 2486.49 kcal; Białko ogółem: 119.54 g; Tłuszcz: 68.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.13 g; Węglowodany ogółem: 361.40 g; W tym cukry: 96.48 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 1987.24 kcal; Białko ogółem: 57.62 g; Tłuszcz: 54.39 g; Kw. tł. nasy.: 31.29 g; Węglowodany ogółem: 330.34 g; W tym cukry: 72.87 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sól: 5.74 g;	Wartość energetyczna: 2199.54 kcal; Białko ogółem: 80.50 g; Tłuszcz: 65.90 g; Kw. tł. nasy.: 30.37 g; Węglowodany ogółem: 327.30 g; W tym cukry: 90.28 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2511.97 kcal; Białko ogółem: 94.13 g; Tłuszcz: 83.84 g; Kw. tł. nasy.: 41.55 g; Węglowodany ogółem: 362.55 g; W tym cukry: 108.43 g; Błonnik pok.: 34.49 g; Sól: 5.49 g;	Wartość energetyczna: 2455.10 kcal; Białko ogółem: 105.52 g; Tłuszcz: 62.25 g; Kw. tł. nasy.: 32.48 g; Węglowodany ogółem: 379.63 g; W tym cukry: 87.91 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2534.91 kcal; Białko ogółem: 124.85 g; Tłuszcz: 120.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 110.92 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2572.47 kcal; Białko ogółem: 108.74 g; Tłuszcz: 67.64 g; Kw. tł. nasy.: 36.49 g; Węglowodany ogółem: 394.81 g; W tym cukry: 99.08 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sól: 9.29 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-12 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN								Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Klopsik wieprzowy 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto wegetariańskie z tofu() 350 g (***SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 75 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 25 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2736.19 kcal; Białko ogółem: 122.96 g; Tłuszcz: 86.56 g; Kw. tł. nasy.: 40.48 g; Węglowodany ogółem: 376.90 g; W tym cukry: 79.24 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2198.80 kcal; Białko ogółem: 66.52 g; Tłuszcz: 67.04 g; Kw. tł. nasy.: 34.66 g; Węglowodany ogółem: 341.93 g; W tym cukry: 48.87 g; Błonnik pok.: 24.20 g; Sól: 5.45 g;	Wartość energetyczna: 2341.42 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 77.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.79 g; Węglowodany ogółem: 331.35 g; W tym cukry: 71.44 g; Błonnik pok.: 23.86 g; Sól: 3.82 g;	Wartość energetyczna: 2979.48 kcal; Białko ogółem: 93.33 g; Tłuszcz: 126.22 g; Kw. tł. nasy.: 40.18 g; Węglowodany ogółem: 375.37 g; W tym cukry: 83.98 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2684.45 kcal; Białko ogółem: 113.86 g; Tłuszcz: 76.43 g; Kw. tł. nasy.: 37.41 g; Węglowodany ogółem: 396.24 g; W tym cukry: 91.72 g; Błonnik pok.: 31.06 g; Sól: 6.54 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2505.34 kcal; Białko ogółem: 126.18 g; Tłuszcz: 117.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 109.30 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2738.77 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 92.01 g; Kw. tł. nasy.: 45.34 g; Węglowodany ogółem: 387.30 g; W tym cukry: 66.37 g; Błonnik pok.: 33.07 g; Sól: 9.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-13 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 75 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 3 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza gryczana na mleku 400 g (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 150 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) (bez glutenu) 100 g (***JAJ, RYB,***) Szpinak gotowany z olejem. (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 150 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2745.29 kcal; Białko ogółem: 134.12 g; Tłuszcz: 89.28 g; Kw. tł. nasy.: 39.78 g; Węglowodany ogółem: 359.28 g; W tym cukry: 101.83 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2112.80 kcal; Białko ogółem: 58.99 g; Tłuszcz: 60.20 g; Kw. tł. nasy.: 30.11 g; Węglowodany ogółem: 341.90 g; W tym cukry: 90.92 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sól: 5.25 g;	Wartość energetyczna: 2336.66 kcal; Białko ogółem: 87.92 g; Tłuszcz: 80.94 g; Kw. tł. nasy.: 34.52 g; Węglowodany ogółem: 316.00 g; W tym cukry: 91.03 g; Błonnik pok.: 18.41 g; Sól: 3.22 g;	Wartość energetyczna: 2839.46 kcal; Białko ogółem: 102.67 g; Tłuszcz: 104.03 g; Kw. tł. nasy.: 40.28 g; Węglowodany ogółem: 381.96 g; W tym cukry: 117.08 g; Błonnik pok.: 31.22 g; Sól: 6.06 g;	Wartość energetyczna: 2804.53 kcal; Białko ogółem: 125.01 g; Tłuszcz: 86.62 g; Kw. tł. nasy.: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 390.60 g; W tym cukry: 107.10 g; Błonnik pok.: 28.46 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2570.65 kcal; Białko ogółem: 131.20 g; Tłuszcz: 120.44 g; Kw. tł. nasy.: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 250.38 g; W tym cukry: 109.55 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 5.20 g;	Wartość energetyczna: 2813.74 kcal; Białko ogółem: 132.58 g; Tłuszcz: 97.55 g; Kw. tł. nasy.: 49.10 g; Węglowodany ogółem: 365.04 g; W tym cukry: 82.38 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 9.88 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-14 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 250 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 200 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z warzywami i soczewicą wegetariańskie () 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2689.85 kcal; Białko ogółem: 127.48 g; Tłuszcz: 88.93 g; Kw. tł. nasy.: 36.34 g; Węglowodany ogółem: 359.70 g; W tym cukry: 85.24 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 9.08 g;	Wartość energetyczna: 2202.71 kcal; Białko ogółem: 65.62 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kw. tł. nasy.: 33.67 g; Węglowodany ogółem: 326.58 g; W tym cukry: 61.19 g; Błonnik pok.: 33.35 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2487.91 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz: 87.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.79 g; Węglowodany ogółem: 343.87 g; W tym cukry: 78.88 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 5.16 g;	Wartość energetyczna: 2527.66 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 83.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 374.40 g; W tym cukry: 84.63 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2632.93 kcal; Białko ogółem: 104.18 g; Tłuszcz: 74.66 g; Kw. tł. nasy.: 33.28 g; Węglowodany ogółem: 400.67 g; W tym cukry: 109.62 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 7.47 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2497.92 kcal; Białko ogółem: 122.44 g; Tłuszcz: 116.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 249.98 g; W tym cukry: 110.62 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2857.83 kcal; Białko ogółem: 125.55 g; Tłuszcz: 87.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.06 g; Węglowodany ogółem: 406.46 g; W tym cukry: 98.68 g; Błonnik pok.: 39.15 g; Sól: 8.42 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-15 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g
	II ŚN								Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 230 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Potrawka drobiowa z warzywami * 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (***SOJ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2492.46 kcal; Białko ogółem: 146.32 g; Tłuszcz: 95.18 g; Kw. tł. nasy.: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 273.77 g; W tym cukry: 57.09 g; Błonnik pok.: 21.87 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 1934.21 kcal; Białko ogółem: 67.10 g; Tłuszcz: 59.94 g; Kw. tł. nasy.: 33.80 g; Węglowodany ogółem: 292.79 g; W tym cukry: 48.28 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 1994.77 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 244.95 g; W tym cukry: 46.75 g; Błonnik pok.: 16.16 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2140.48 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 293.50 g; W tym cukry: 65.60 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 2484.77 kcal; Białko ogółem: 113.84 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 362.55 g; W tym cukry: 80.58 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2553.15 kcal; Białko ogółem: 126.73 g; Tłuszcz: 120.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 109.32 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2460.58 kcal; Białko ogółem: 112.41 g; Tłuszcz: 90.16 g; Kw. tł. nasy.: 43.75 g; Węglowodany ogółem: 309.62 g; W tym cukry: 51.14 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 9.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-16 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 150 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 50 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemiakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 150 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 50 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wafle ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2500.53 kcal; Białko ogółem: 96.81 g; Tłuszcz: 74.90 g; Kw. tł. nasy.: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 369.57 g; W tym cukry: 81.71 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2073.05 kcal; Białko ogółem: 47.90 g; Tłuszcz: 60.84 g; Kw. tł. nasy.: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 344.20 g; W tym cukry: 55.57 g; Błonnik pok.: 21.17 g; Sól: 5.17 g;	Wartość energetyczna: 2223.40 kcal; Białko ogółem: 64.61 g; Tłuszcz: 70.93 g; Kw. tł. nasy.: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 336.89 g; W tym cukry: 69.63 g; Błonnik pok.: 17.33 g; Sól: 3.27 g;	Wartość energetyczna: 2428.93 kcal; Białko ogółem: 81.34 g; Tłuszcz: 79.03 g; Kw. tł. nasy.: 45.37 g; Węglowodany ogółem: 356.41 g; W tym cukry: 72.16 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2464.91 kcal; Białko ogółem: 90.09 g; Tłuszcz: 68.64 g; Kw. tł. nasy.: 35.35 g; Węglowodany ogółem: 380.97 g; W tym cukry: 91.85 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2539.78 kcal; Białko ogółem: 131.37 g; Tłuszcz: 119.23 g; Kw. tł. nasy.: 29.79 g; Węglowodany ogółem: 244.95 g; W tym cukry: 110.82 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.47 g;	Wartość energetyczna: 2508.74 kcal; Białko ogółem: 89.19 g; Tłuszcz: 78.43 g; Kw. tł. nasy.: 47.10 g; Węglowodany ogółem: 370.92 g; W tym cukry: 67.94 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 9.92 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-17 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 75 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 25 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 150 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Filet z kurczaka pieczony 50 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (bez glutenu) 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso drobiowe (filet z kurczaka) mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2428.12 kcal; Białko ogółem: 127.82 g; Tłuszcz: 74.99 g; Kw. tł. nasy.: 35.60 g; Węglowodany ogółem: 323.58 g; W tym cukry: 65.78 g; Błonnik pok.: 30.84 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 1953.17 kcal; Białko ogółem: 63.06 g; Tłuszcz: 62.89 g; Kw. tł. nasy.: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 297.20 g; W tym cukry: 42.29 g; Błonnik pok.: 30.08 g; Sól: 5.96 g;	Wartość energetyczna: 2071.15 kcal; Białko ogółem: 77.85 g; Tłuszcz: 68.06 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 294.18 g; W tym cukry: 56.84 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sól: 4.01 g;	Wartość energetyczna: 2409.15 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; Tłuszcz: 96.59 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 318.41 g; W tym cukry: 77.97 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2670.56 kcal; Białko ogółem: 115.47 g; Tłuszcz: 83.25 g; Kw. tł. nasy.: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 377.41 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 34.69 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2513.58 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 118.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; W tym cukry: 96.00 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2557.14 kcal; Białko ogółem: 118.36 g; Tłuszcz: 73.47 g; Kw. tł. nasy.: 34.59 g; Węglowodany ogółem: 368.24 g; W tym cukry: 73.73 g; Błonnik pok.: 36.28 g; Sól: 8.77 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-18 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzycą () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 150 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 50 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2894.60 kcal; Białko ogółem: 135.85 g; Tłuszcz: 93.42 g; Kw. tł. nasy.: 42.06 g; Węglowodany ogółem: 390.78 g; W tym cukry: 74.43 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 2149.02 kcal; Białko ogółem: 61.46 g; Tłuszcz: 70.42 g; Kw. tł. nasy.: 33.33 g; Węglowodany ogółem: 330.73 g; W tym cukry: 51.72 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sól: 5.31 g;	Wartość energetyczna: 2424.19 kcal; Białko ogółem: 88.84 g; Tłuszcz: 93.22 g; Kw. tł. nasy.: 38.22 g; Węglowodany ogółem: 307.78 g; W tym cukry: 61.11 g; Błonnik pok.: 15.53 g; Sól: 4.02 g;	Wartość energetyczna: 2537.19 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 358.58 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2746.19 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 91.31 g; Kw. tł. nasy.: 40.05 g; Węglowodany ogółem: 378.63 g; W tym cukry: 78.50 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2581.86 kcal; Białko ogółem: 132.29 g; Tłuszcz: 126.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 239.69 g; W tym cukry: 105.92 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 3000.34 kcal; Białko ogółem: 109.17 g; Tłuszcz: 115.06 g; Kw. tł. nasy.: 53.94 g; Węglowodany ogółem: 393.61 g; W tym cukry: 92.47 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 11.70 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-19 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 150 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 150 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 300 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 50 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Frittata z jajkiem 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)
		Wartość energetyczna: 2622.15 kcal; Białko ogółem: 138.28 g; Tłuszcz: 84.33 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 329.09 g; W tym cukry: 69.98 g; Błonnik pok.: 16.30 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2092.47 kcal; Białko ogółem: 71.36 g; Tłuszcz: 66.18 g; Kw. tł. nasy.: 34.01 g; Węglowodany ogółem: 305.49 g; W tym cukry: 42.85 g; Błonnik pok.: 16.49 g; Sól: 4.83 g;	Wartość energetyczna: 2241.33 kcal; Białko ogółem: 87.11 g; Tłuszcz: 76.32 g; Kw. tł. nasy.: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 299.69 g; W tym cukry: 59.12 g; Błonnik pok.: 11.49 g; Sól: 3.16 g;	Wartość energetyczna: 2271.41 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 87.49 g; Kw. tł. nasy.: 46.63 g; Węglowodany ogółem: 298.37 g; W tym cukry: 68.82 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 2757.50 kcal; Białko ogółem: 124.22 g; Tłuszcz: 76.78 g; Kw. tł. nasy.: 37.05 g; Węglowodany ogółem: 402.96 g; W tym cukry: 76.50 g; Błonnik pok.: 27.26 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2414.62 kcal; Białko ogółem: 120.99 g; Tłuszcz: 115.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 230.60 g; W tym cukry: 109.64 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 4.20 g;	Wartość energetyczna: 3139.28 kcal; Białko ogółem: 123.23 g; Tłuszcz: 108.66 g; Kw. tł. nasy.: 48.77 g; Węglowodany ogółem: 421.65 g; W tym cukry: 68.39 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 10.08 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-20 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 150 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Ryba pieczona (Morszczuk) 50 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet jaglany z serem top i pietruszką 100 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik () RYD 700 g (***JAJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 150 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2674.73 kcal; Białko ogółem: 137.11 g; Tłuszcz: 89.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.35 g; Węglowodany ogółem: 340.01 g; W tym cukry: 77.62 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2043.09 kcal; Białko ogółem: 57.82 g; Tłuszcz: 65.58 g; Kw. tł. nasy.: 32.40 g; Węglowodany ogółem: 317.47 g; W tym cukry: 63.26 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 4.88 g;	Wartość energetyczna: 2364.63 kcal; Białko ogółem: 86.34 g; Tłuszcz: 78.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 334.07 g; W tym cukry: 91.26 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sól: 3.68 g;	Wartość energetyczna: 2729.40 kcal; Białko ogółem: 74.33 g; Tłuszcz: 102.74 g; Kw. tł. nasy.: 39.17 g; Węglowodany ogółem: 386.53 g; W tym cukry: 94.79 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2784.99 kcal; Białko ogółem: 112.25 g; Tłuszcz: 84.48 g; Kw. tł. nasy.: 36.88 g; Węglowodany ogółem: 404.62 g; W tym cukry: 108.88 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2533.67 kcal; Białko ogółem: 129.19 g; Tłuszcz: 118.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.69 g; W tym cukry: 95.93 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2671.15 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 80.51 g; Kw. tł. nasy.: 39.12 g; Węglowodany ogółem: 380.37 g; W tym cukry: 92.16 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 7.52 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-21 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 75 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Pulpet drobiowy 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2714.46 kcal; Białko ogółem: 124.86 g; Tłuszcz: 82.85 g; Kw. tł. nasy.: 37.72 g; Węglowodany ogółem: 379.11 g; W tym cukry: 82.09 g; Błonnik pok.: 23.80 g; Sól: 9.79 g;	Wartość energetyczna: 2123.77 kcal; Białko ogółem: 58.51 g; Tłuszcz: 63.12 g; Kw. tł. nasy.: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 342.78 g; W tym cukry: 62.85 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2438.00 kcal; Białko ogółem: 84.12 g; Tłuszcz: 87.56 g; Kw. tł. nasy.: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 331.38 g; W tym cukry: 66.29 g; Błonnik pok.: 17.69 g; Sól: 4.67 g;	Wartość energetyczna: 2693.22 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 88.28 g; Kw. tł. nasy.: 44.00 g; Węglowodany ogółem: 393.04 g; W tym cukry: 72.90 g; Błonnik pok.: 39.82 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2730.31 kcal; Białko ogółem: 110.89 g; Tłuszcz: 74.12 g; Kw. tł. nasy.: 35.57 g; Węglowodany ogółem: 417.22 g; W tym cukry: 93.33 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2443.68 kcal; Białko ogółem: 128.07 g; Tłuszcz: 121.53 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 221.02 g; W tym cukry: 106.61 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2963.25 kcal; Białko ogółem: 117.03 g; Tłuszcz: 99.86 g; Kw. tł. nasy.: 51.06 g; Węglowodany ogółem: 410.92 g; W tym cukry: 101.91 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 10.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-22 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 150 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Schab gotowany 50 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw z jajkiem() 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe (schab) mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 150 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2389.67 kcal; Białko ogółem: 120.92 g; Tłuszcz: 75.14 g; Kw. tł. nasy.: 37.80 g; Węglowodany ogółem: 320.26 g; W tym cukry: 83.73 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2110.44 kcal; Białko ogółem: 65.96 g; Tłuszcz: 67.53 g; Kw. tł. nasy.: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 323.97 g; W tym cukry: 62.89 g; Błonnik pok.: 34.09 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2030.87 kcal; Białko ogółem: 73.25 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.16 g; Węglowodany ogółem: 285.28 g; W tym cukry: 68.00 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 3.84 g;	Wartość energetyczna: 2326.66 kcal; Białko ogółem: 66.34 g; Tłuszcz: 101.28 g; Kw. tł. nasy.: 40.92 g; Węglowodany ogółem: 295.58 g; W tym cukry: 74.15 g; Błonnik pok.: 29.40 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2724.26 kcal; Białko ogółem: 115.63 g; Tłuszcz: 85.11 g; Kw. tł. nasy.: 38.62 g; Węglowodany ogółem: 388.77 g; W tym cukry: 99.47 g; Błonnik pok.: 35.45 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2512.95 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 117.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 244.26 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2378.76 kcal; Białko ogółem: 109.33 g; Tłuszcz: 72.68 g; Kw. tł. nasy.: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 335.67 g; W tym cukry: 73.47 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.19 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-09 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2437.55 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz: 84.04 g; Kw. tł. nasy.: 42.20 g; Węglowodany ogółem: 353.93 g; W tym cukry: 99.83 g; Błonnik pok.: 35.37 g; Sól: 10.09 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-10 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSŻ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2782.00 kcal; Białko ogółem: 121.47 g; Tłuszcz: 83.04 g; Kw. tł. nasy.: 38.92 g; Węglowodany ogółem: 387.16 g; W tym cukry: 91.49 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sól: 7.34 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-11 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2323.75 kcal; Białko ogółem: 99.64 g; Tłuszcz: 62.62 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 350.91 g; W tym cukry: 84.32 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.80 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-12 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2646.62 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 90.67 g; Kw. tł. nasy.: 44.21 g; Węglowodany ogółem: 370.96 g; W tym cukry: 84.52 g; Błonnik pok.: 30.68 g; Sól: 7.79 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-13 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2466.92 kcal; Białko ogółem: 102.88 g; Tłuszcz: 74.28 g; Kw. tł. nasy.: 35.68 g; Węglowodany ogółem: 355.15 g; W tym cukry: 102.68 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sól: 7.33 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-14 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2687.98 kcal; Białko ogółem: 114.62 g; Tłuszcz: 83.93 g; Kw. tł. nasy.: 36.96 g; Węglowodany ogółem: 380.47 g; W tym cukry: 106.89 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 6.89 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-15 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2238.22 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 84.52 g; Kw. tł. nasy.: 42.62 g; Węglowodany ogółem: 282.57 g; W tym cukry: 52.30 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 8.46 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-16 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną, 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2510.61 kcal; Białko ogółem: 82.55 g; Tłuszcz: 74.09 g; Kw. tł. nasy.: 43.63 g; Węglowodany ogółem: 386.40 g; W tym cukry: 83.77 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 8.52 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-17 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2334.79 kcal; Białko ogółem: 101.48 g; Tłuszcz: 67.83 g; Kw. tł. nasy.: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 341.18 g; W tym cukry: 74.89 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 7.41 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-18 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2727.69 kcal; Białko ogółem: 100.62 g; Tłuszcz: 110.65 g; Kw. tł. nasy.: 50.42 g; Węglowodany ogółem: 343.15 g; W tym cukry: 75.28 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Sól: 10.16 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-19 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Sok pomidorowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2711.57 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Tłuszcz: 102.41 g; Kw. tł. nasy.: 43.82 g; Węglowodany ogółem: 342.96 g; W tym cukry: 64.38 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 8.54 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-20 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2427.79 kcal; Białko ogółem: 92.83 g; Tłuszcz: 72.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.16 g; Węglowodany ogółem: 361.11 g; W tym cukry: 103.32 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 5.58 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-21 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2799.31 kcal; Białko ogółem: 110.33 g; Tłuszcz: 95.78 g; Kw. tł. nasy.: 47.48 g; Węglowodany ogółem: 383.42 g; W tym cukry: 89.15 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sól: 8.93 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-22 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2209.91 kcal; Białko ogółem: 95.04 g; Tłuszcz: 68.79 g; Kw. tł. nasy.: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 315.71 g; W tym cukry: 79.23 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.73 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-23 poniedziałek	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml		Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka () 100 g (***GOR,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka () 100 g (***GOR,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2396.71 kcal; Białko ogółem: 99.78 g; Tłuszcz: 73.92 g; Kw. tł. nasy.: 35.42 g; Węglowodany ogółem: 346.29 g; W tym cukry: 67.96 g; Błonnik pok.: 33.15 g; Sól: 9.37 g;	Wartość energetyczna: 2448.24 kcal; Białko ogółem: 98.58 g; Tłuszcz: 82.90 g; Kw. tł. nasy.: 35.12 g; Węglowodany ogółem: 338.66 g; W tym cukry: 64.10 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2479.41 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 82.68 g; Kw. tł. nasy.: 35.07 g; Węglowodany ogółem: 344.91 g; W tym cukry: 71.39 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 7.48 g;		Wartość energetyczna: 2194.76 kcal; Białko ogółem: 98.45 g; Tłuszcz: 66.15 g; Kw. tł. nasy.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 316.35 g; W tym cukry: 62.71 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sól: 10.44 g;	Wartość energetyczna: 2251.06 kcal; Białko ogółem: 98.45 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw. tł. nasy.: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 307.31 g; W tym cukry: 55.98 g; Błonnik pok.: 36.10 g; Sól: 9.79 g;	Wartość energetyczna: 2412.07 kcal; Białko ogółem: 94.57 g; Tłuszcz: 80.49 g; Kw. tł. nasy.: 34.56 g; Węglowodany ogółem: 337.65 g; W tym cukry: 63.64 g; Błonnik pok.: 31.75 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 1667.95 kcal; Białko ogółem: 82.49 g; Tłuszcz: 51.83 g; Kw. tł. nasy.: 19.12 g; Węglowodany ogółem: 230.74 g; W tym cukry: 27.17 g; Błonnik pok.: 31.52 g; Sól: 8.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-24 wtorek	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Twarożek z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Dyniowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Kompot z suszu 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml			Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot z suszu 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot z suszu b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot z suszu b/c 250 ml
	PN	Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2741.19 kcal; Białko ogółem: 116.05 g; Tłuszcz: 78.55 g; Kw. tł. nasy.: 24.63 g; Węglowodany ogółem: 401.40 g; W tym cukry: 67.47 g; Błonnik pok.: 35.57 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2556.61 kcal; Białko ogółem: 115.12 g; Tłuszcz: 61.59 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 399.97 g; W tym cukry: 70.18 g; Błonnik pok.: 32.53 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 2623.13 kcal; Białko ogółem: 125.85 g; Tłuszcz: 61.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.50 g; Węglowodany ogółem: 407.00 g; W tym cukry: 76.11 g; Błonnik pok.: 33.41 g; Sól: 7.35 g;		Wartość energetyczna: 2529.54 kcal; Białko ogółem: 130.19 g; Tłuszcz: 58.54 g; Kw. tł. nasy.: 19.46 g; Węglowodany ogółem: 384.18 g; W tym cukry: 79.84 g; Błonnik pok.: 42.39 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2504.54 kcal; Białko ogółem: 121.42 g; Tłuszcz: 60.36 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 385.46 g; W tym cukry: 68.97 g; Błonnik pok.: 41.29 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2630.49 kcal; Białko ogółem: 125.99 g; Tłuszcz: 59.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.92 g; Węglowodany ogółem: 412.30 g; W tym cukry: 75.56 g; Błonnik pok.: 36.92 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2119.96 kcal; Białko ogółem: 117.36 g; Tłuszcz: 45.25 g; Kw. tł. nasy.: 16.69 g; Węglowodany ogółem: 326.10 g; W tym cukry: 49.42 g; Błonnik pok.: 38.36 g; Sól: 5.27 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK- RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-25 środa	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ser żółty 25 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek naturalny Bieluch 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek naturalny Bieluch 50 g (***MLE,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek naturalny Bieluch 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek naturalny Bieluch 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek naturalny Bieluch 50 g (***MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek naturalny Bieluch 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g
	II ŚN						Jabłko 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Babka piaskowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Babka piaskowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Babka piaskowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,***)		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Babka piaskowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Biszkopty b/c 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Biszkopty b/c 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2860.57 kcal; Białko ogółem: 129.17 g; Tłuszcz: 124.12 g; Kw. tł. nasy.: 50.95 g; Węglowodany ogółem: 318.06 g; W tym cukry: 79.49 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2740.94 kcal; Białko ogółem: 129.40 g; Tłuszcz: 110.48 g; Kw. tł. nasy.: 47.44 g; Węglowodany ogółem: 316.18 g; W tym cukry: 76.93 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2654.57 kcal; Białko ogółem: 121.35 g; Tłuszcz: 106.44 g; Kw. tł. nasy.: 46.24 g; Węglowodany ogółem: 310.67 g; W tym cukry: 73.83 g; Błonnik pok.: 21.66 g; Sól: 7.19 g;		Wartość energetyczna: 2640.18 kcal; Białko ogółem: 130.02 g; Tłuszcz: 110.04 g; Kw. tł. nasy.: 35.71 g; Węglowodany ogółem: 295.46 g; W tym cukry: 77.30 g; Błonnik pok.: 30.52 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 2730.66 kcal; Białko ogółem: 143.22 g; Tłuszcz: 102.67 g; Kw. tł. nasy.: 46.32 g; Węglowodany ogółem: 323.35 g; W tym cukry: 51.66 g; Błonnik pok.: 34.50 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2790.63 kcal; Białko ogółem: 132.70 g; Tłuszcz: 96.58 g; Kw. tł. nasy.: 44.94 g; Węglowodany ogółem: 355.12 g; W tym cukry: 49.05 g; Błonnik pok.: 26.66 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2031.73 kcal; Białko ogółem: 119.77 g; Tłuszcz: 75.28 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 231.39 g; W tym cukry: 29.44 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sól: 6.69 g;

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-26 czwartek	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ser topiony 25 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Pomidorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***)	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z ryżem () 200 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***)		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek naturalny Bieluch 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Biszkopty b/c 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2475.31 kcal; Białko ogółem: 105.08 g; Tłuszcz: 90.83 g; Kw. tł. nasy.: 45.35 g; Węglowodany ogółem: 323.65 g; W tym cukry: 83.33 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 7.57 g;	Wartość energetyczna: 2328.55 kcal; Białko ogółem: 99.06 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 34.08 g; Węglowodany ogółem: 323.09 g; W tym cukry: 81.04 g; Błonnik pok.: 21.94 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2322.42 kcal; Białko ogółem: 98.30 g; Tłuszcz: 76.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.07 g; Węglowodany ogółem: 321.91 g; W tym cukry: 80.80 g; Błonnik pok.: 21.26 g; Sól: 6.93 g;		Wartość energetyczna: 2112.27 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz: 69.87 g; Kw. tł. nasy.: 24.96 g; Węglowodany ogółem: 293.11 g; W tym cukry: 78.18 g; Błonnik pok.: 34.74 g; Sól: 5.71 g;	Wartość energetyczna: 2476.39 kcal; Białko ogółem: 113.74 g; Tłuszcz: 81.33 g; Kw. tł. nasy.: 39.28 g; Węglowodany ogółem: 336.77 g; W tym cukry: 73.18 g; Błonnik pok.: 32.32 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2497.88 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 77.52 g; Kw. tł. nasy.: 38.66 g; Węglowodany ogółem: 351.36 g; W tym cukry: 84.56 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 1773.67 kcal; Białko ogółem: 93.42 g; Tłuszcz: 54.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 240.98 g; W tym cukry: 44.85 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 5.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-27 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Dżem morelowy 25g 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)			Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 72% 20 g Jabłko 150 g Dżem morelowy 25g 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 200 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2732.67 kcal; Białko ogółem: 109.11 g; Tłuszcz: 96.08 g; Kw. tł. nasy.: 38.58 g; Węglowodany ogółem: 371.70 g; W tym cukry: 114.86 g; Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2633.52 kcal; Białko ogółem: 101.93 g; Tłuszcz: 91.07 g; Kw. tł. nasy.: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 367.06 g; W tym cukry: 114.07 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2677.26 kcal; Białko ogółem: 110.86 g; Tłuszcz: 90.58 g; Kw. tł. nasy.: 39.08 g; Węglowodany ogółem: 370.32 g; W tym cukry: 116.17 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2449.27 kcal; Białko ogółem: 104.35 g; Tłuszcz: 81.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.62 g; Węglowodany ogółem: 342.85 g; W tym cukry: 111.78 g; Błonnik pok.: 34.07 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2435.50 kcal; Białko ogółem: 109.43 g; Tłuszcz: 98.98 g; Kw. tł. nasy.: 46.14 g; Węglowodany ogółem: 296.69 g; W tym cukry: 69.55 g; Błonnik pok.: 36.42 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2583.10 kcal; Białko ogółem: 120.21 g; Tłuszcz: 93.06 g; Kw. tł. nasy.: 41.66 g; Węglowodany ogółem: 331.35 g; W tym cukry: 79.47 g; Błonnik pok.: 32.51 g; Sól: 9.54 g;	Wartość energetyczna: 1921.37 kcal; Białko ogółem: 93.12 g; Tłuszcz: 73.64 g; Kw. tł. nasy.: 30.45 g; Węglowodany ogółem: 238.78 g; W tym cukry: 43.62 g; Błonnik pok.: 30.27 g; Sól: 6.66 g;

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-28 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II SN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2855.95 kcal; Białko ogółem: 119.83 g; Tłuszcz: 96.13 g; Kw. tł. nasy.: 41.51 g; Węglowodany ogółem: 391.31 g; W tym cukry: 75.58 g; Błonnik pok.: 37.95 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2695.87 kcal; Białko ogółem: 121.24 g; Tłuszcz: 80.56 g; Kw. tł. nasy.: 39.97 g; Węglowodany ogółem: 382.56 g; W tym cukry: 75.55 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2734.45 kcal; Białko ogółem: 122.73 g; Tłuszcz: 80.34 g; Kw. tł. nasy.: 39.92 g; Węglowodany ogółem: 389.11 g; W tym cukry: 72.85 g; Błonnik pok.: 26.30 g; Sól: 6.96 g;		Wartość energetyczna: 2662.64 kcal; Białko ogółem: 120.41 g; Tłuszcz: 86.66 g; Kw. tł. nasy.: 31.10 g; Węglowodany ogółem: 365.36 g; W tym cukry: 73.14 g; Błonnik pok.: 40.20 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2690.70 kcal; Białko ogółem: 117.32 g; Tłuszcz: 92.74 g; Kw. tł. nasy.: 41.96 g; Węglowodany ogółem: 361.37 g; W tym cukry: 75.08 g; Błonnik pok.: 39.03 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 2650.48 kcal; Białko ogółem: 115.63 g; Tłuszcz: 76.76 g; Kw. tł. nasy.: 39.20 g; Węglowodany ogółem: 383.23 g; W tym cukry: 71.40 g; Błonnik pok.: 25.81 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 2040.91 kcal; Białko ogółem: 102.02 g; Tłuszcz: 66.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.96 g; Węglowodany ogółem: 271.22 g; W tym cukry: 38.02 g; Błonnik pok.: 34.83 g; Sól: 7.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-29 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml		
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałatka szwedzka z olejem 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka szwedzka z olejem 100 g (***GOR,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka szwedzka z olejem 100 g (***GOR,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2251.78 kcal; Białko ogółem: 88.05 g; Tłuszcz: 90.46 g; Kw. tł. nasy.: 40.32 g; Węglowodany ogółem: 281.40 g; W tym cukry: 43.02 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sól: 9.37 g;	Wartość energetyczna: 2044.06 kcal; Białko ogółem: 91.15 g; Tłuszcz: 64.07 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 283.76 g; W tym cukry: 55.48 g; Błonnik pok.: 21.58 g; Sól: 6.16 g;	Wartość energetyczna: 2059.24 kcal; Białko ogółem: 91.59 g; Tłuszcz: 64.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.63 g; Węglowodany ogółem: 287.01 g; W tym cukry: 57.98 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 7.11 g;		Wartość energetyczna: 1924.53 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz: 69.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 240.97 g; W tym cukry: 42.34 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2113.08 kcal; Białko ogółem: 109.76 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw. tł. nasy.: 43.46 g; Węglowodany ogółem: 248.17 g; W tym cukry: 33.77 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2161.88 kcal; Białko ogółem: 106.58 g; Tłuszcz: 70.08 g; Kw. tł. nasy.: 36.10 g; Węglowodany ogółem: 284.20 g; W tym cukry: 49.03 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 1630.82 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 46.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 215.49 g; W tym cukry: 27.20 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 6.59 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-30 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2425.70 kcal; Białko ogółem: 93.30 g; Tłuszcz: 78.16 g; Kw. tł. nasy.: 40.18 g; Węglowodany ogółem: 344.69 g; W tym cukry: 71.29 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 8.07 g;	Wartość energetyczna: 2333.05 kcal; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 68.50 g; Kw. tł. nasy.: 37.99 g; Węglowodany ogółem: 348.10 g; W tym cukry: 73.07 g; Błonnik pok.: 19.45 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2375.83 kcal; Białko ogółem: 85.37 g; Tłuszcz: 66.77 g; Kw. tł. nasy.: 35.34 g; Węglowodany ogółem: 365.34 g; W tym cukry: 89.39 g; Błonnik pok.: 18.98 g; Sól: 6.03 g;		Wartość energetyczna: 2244.50 kcal; Białko ogółem: 92.41 g; Tłuszcz: 70.79 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 319.49 g; W tym cukry: 70.40 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2235.91 kcal; Białko ogółem: 88.61 g; Tłuszcz: 73.69 g; Kw. tł. nasy.: 39.25 g; Węglowodany ogółem: 314.58 g; W tym cukry: 68.36 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2282.04 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz: 62.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.47 g; Węglowodany ogółem: 360.57 g; W tym cukry: 85.97 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 1709.01 kcal; Białko ogółem: 76.00 g; Tłuszcz: 50.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 247.30 g; W tym cukry: 32.77 g; Błonnik pok.: 28.35 g; Sól: 7.24 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-31 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml		Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z makreli wędzonej z warzywami *() 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g		Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z makreli wędzonej z warzywami *() 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z makreli wędzonej z warzywami *() 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Sałata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2733.40 kcal; Białko ogółem: 111.93 g; Tłuszcz: 96.23 g; Kw. tł. nasy.: 40.83 g; Węglowodany ogółem: 370.64 g; W tym cukry: 60.76 g; Błonnik pok.: 38.54 g; Sól: 9.81 g;	Wartość energetyczna: 2466.19 kcal; Białko ogółem: 105.23 g; Tłuszcz: 74.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.69 g; Węglowodany ogółem: 357.37 g; W tym cukry: 71.84 g; Błonnik pok.: 35.48 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2439.77 kcal; Białko ogółem: 99.27 g; Tłuszcz: 69.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.94 g; Węglowodany ogółem: 367.73 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 34.85 g; Sól: 9.30 g;		Wartość energetyczna: 2557.36 kcal; Białko ogółem: 110.91 g; Tłuszcz: 89.20 g; Kw. tł. nasy.: 29.51 g; Węglowodany ogółem: 347.02 g; W tym cukry: 62.63 g; Błonnik pok.: 43.83 g; Sól: 9.72 g;	Wartość energetyczna: 2429.59 kcal; Białko ogółem: 100.81 g; Tłuszcz: 89.05 g; Kw. tł. nasy.: 38.31 g; Węglowodany ogółem: 323.50 g; W tym cukry: 57.79 g; Błonnik pok.: 40.14 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2334.96 kcal; Białko ogółem: 92.42 g; Tłuszcz: 65.92 g; Kw. tł. nasy.: 33.79 g; Węglowodany ogółem: 357.41 g; W tym cukry: 57.55 g; Błonnik pok.: 36.46 g; Sól: 10.48 g;	Wartość energetyczna: 1741.66 kcal; Białko ogółem: 89.33 g; Tłuszcz: 48.13 g; Kw. tł. nasy.: 19.64 g; Węglowodany ogółem: 253.52 g; W tym cukry: 31.89 g; Błonnik pok.: 36.95 g; Sól: 6.00 g;

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-01 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g		Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2598.85 kcal; Białko ogółem: 111.38 g; Tłuszcz: 92.28 g; Kw. tł. nasy.: 43.85 g; Węglowodany ogółem: 340.51 g; W tym cukry: 91.48 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 2598.59 kcal; Białko ogółem: 109.96 g; Tłuszcz: 88.11 g; Kw. tł. nasy.: 43.67 g; Węglowodany ogółem: 346.97 g; W tym cukry: 95.33 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2442.60 kcal; Białko ogółem: 90.96 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw. tł. nasy.: 38.54 g; Węglowodany ogółem: 366.07 g; W tym cukry: 102.52 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sól: 7.30 g;		Wartość energetyczna: 2390.07 kcal; Białko ogółem: 104.60 g; Tłuszcz: 80.42 g; Kw. tł. nasy.: 32.56 g; Węglowodany ogółem: 322.94 g; W tym cukry: 93.73 g; Błonnik pok.: 27.94 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2403.92 kcal; Białko ogółem: 117.33 g; Tłuszcz: 84.44 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 304.32 g; W tym cukry: 69.90 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2390.36 kcal; Białko ogółem: 95.26 g; Tłuszcz: 66.01 g; Kw. tł. nasy.: 34.22 g; Węglowodany ogółem: 362.07 g; W tym cukry: 89.32 g; Błonnik pok.: 29.26 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 1784.27 kcal; Białko ogółem: 99.56 g; Tłuszcz: 58.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 223.17 g; W tym cukry: 33.20 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 6.69 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-02 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***)	Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2718.14 kcal; Białko ogółem: 102.67 g; Tłuszcz: 101.22 g; Kw. tł. nasy.: 44.44 g; Węglowodany ogółem: 360.10 g; W tym cukry: 77.98 g; Błonnik pok.: 34.12 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2577.94 kcal; Białko ogółem: 107.48 g; Tłuszcz: 85.94 g; Kw. tł. nasy.: 42.20 g; Węglowodany ogółem: 354.89 g; W tym cukry: 73.94 g; Błonnik pok.: 25.74 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2608.64 kcal; Białko ogółem: 107.69 g; Tłuszcz: 85.71 g; Kw. tł. nasy.: 42.15 g; Węglowodany ogółem: 361.06 g; W tym cukry: 81.20 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 6.98 g;		Wartość energetyczna: 2521.06 kcal; Białko ogółem: 102.80 g; Tłuszcz: 89.03 g; Kw. tł. nasy.: 31.05 g; Węglowodany ogółem: 336.75 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 41.12 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2535.04 kcal; Białko ogółem: 108.49 g; Tłuszcz: 98.36 g; Kw. tł. nasy.: 43.09 g; Węglowodany ogółem: 313.03 g; W tym cukry: 62.67 g; Błonnik pok.: 42.06 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2537.42 kcal; Białko ogółem: 109.39 g; Tłuszcz: 87.45 g; Kw. tł. nasy.: 44.02 g; Węglowodany ogółem: 337.48 g; W tym cukry: 64.70 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 1949.71 kcal; Białko ogółem: 85.44 g; Tłuszcz: 69.82 g; Kw. tł. nasy.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 252.71 g; W tym cukry: 40.17 g; Błonnik pok.: 37.27 g; Sól: 6.16 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-03 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Mandarynka 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)			Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Sałata zielona 20 g
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 200 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2757.88 kcal; Białko ogółem: 99.94 g; Tłuszcz: 100.10 g; Kw. tł. nasy.: 37.24 g; Węglowodany ogółem: 373.02 g; W tym cukry: 72.40 g; Błonnik pok.: 26.64 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2631.77 kcal; Białko ogółem: 100.53 g; Tłuszcz: 82.40 g; Kw. tł. nasy.: 36.13 g; Węglowodany ogółem: 382.05 g; W tym cukry: 82.25 g; Błonnik pok.: 27.36 g; Sól: 5.90 g;	Wartość energetyczna: 2735.00 kcal; Białko ogółem: 108.94 g; Tłuszcz: 88.88 g; Kw. tł. nasy.: 38.08 g; Węglowodany ogółem: 385.13 g; W tym cukry: 84.40 g; Błonnik pok.: 28.11 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2457.22 kcal; Białko ogółem: 117.30 g; Tłuszcz: 87.41 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 313.85 g; W tym cukry: 75.07 g; Błonnik pok.: 32.56 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2385.20 kcal; Białko ogółem: 113.14 g; Tłuszcz: 88.17 g; Kw. tł. nasy.: 35.57 g; Węglowodany ogółem: 298.96 g; W tym cukry: 66.03 g; Błonnik pok.: 33.89 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2540.67 kcal; Białko ogółem: 116.58 g; Tłuszcz: 85.81 g; Kw. tł. nasy.: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 336.98 g; W tym cukry: 71.19 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 8.68 g;	Wartość energetyczna: 1838.95 kcal; Białko ogółem: 99.42 g; Tłuszcz: 64.95 g; Kw. tł. nasy.: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 226.20 g; W tym cukry: 29.90 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 5.88 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-04 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2799.19 kcal; Białko ogółem: 110.82 g; Tłuszcz: 105.23 g; Kw. tł. nasy.: 42.27 g; Węglowodany ogółem: 363.32 g; W tym cukry: 69.79 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sól: 11.71 g;	Wartość energetyczna: 2506.03 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 77.94 g; Kw. tł. nasy.: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 363.33 g; W tym cukry: 67.78 g; Błonnik pok.: 29.25 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2421.61 kcal; Białko ogółem: 101.28 g; Tłuszcz: 67.65 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 364.19 g; W tym cukry: 69.25 g; Błonnik pok.: 27.63 g; Sól: 8.45 g;		Wartość energetyczna: 2370.83 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 81.67 g; Kw. tł. nasy.: 24.73 g; Węglowodany ogółem: 323.78 g; W tym cukry: 64.26 g; Błonnik pok.: 34.30 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 2381.59 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 89.39 g; Kw. tł. nasy.: 35.97 g; Węglowodany ogółem: 302.43 g; W tym cukry: 45.50 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2399.17 kcal; Białko ogółem: 104.06 g; Tłuszcz: 67.78 g; Kw. tł. nasy.: 34.50 g; Węglowodany ogółem: 353.58 g; W tym cukry: 59.13 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 9.55 g;	Wartość energetyczna: 1830.89 kcal; Białko ogółem: 85.35 g; Tłuszcz: 61.91 g; Kw. tł. nasy.: 18.62 g; Węglowodany ogółem: 246.75 g; W tym cukry: 27.77 g; Błonnik pok.: 29.09 g; Sól: 7.15 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-05 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***)	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 80 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2177.12 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz: 73.84 g; Kw. tł. nasy.: 40.27 g; Węglowodany ogółem: 292.79 g; W tym cukry: 54.45 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 1968.87 kcal; Białko ogółem: 97.75 g; Tłuszcz: 55.93 g; Kw. tł. nasy.: 30.18 g; Węglowodany ogółem: 272.14 g; W tym cukry: 38.09 g; Błonnik pok.: 17.79 g; Sól: 5.85 g;	Wartość energetyczna: 2082.21 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz: 59.89 g; Kw. tł. nasy.: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 304.07 g; W tym cukry: 51.70 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sól: 7.27 g;		Wartość energetyczna: 1898.82 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 54.12 g; Kw. tł. nasy.: 20.15 g; Węglowodany ogółem: 268.94 g; W tym cukry: 53.56 g; Błonnik pok.: 31.11 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2165.02 kcal; Białko ogółem: 113.11 g; Tłuszcz: 76.06 g; Kw. tł. nasy.: 43.68 g; Węglowodany ogółem: 268.58 g; W tym cukry: 37.88 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 2198.96 kcal; Białko ogółem: 104.90 g; Tłuszcz: 64.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.24 g; Węglowodany ogółem: 312.30 g; W tym cukry: 41.75 g; Błonnik pok.: 33.54 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 1620.14 kcal; Białko ogółem: 98.05 g; Tłuszcz: 39.21 g; Kw. tł. nasy.: 18.15 g; Węglowodany ogółem: 228.30 g; W tym cukry: 26.49 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 5.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-23 poniedziałek	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN								Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 150 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2648.23 kcal; Białko ogółem: 124.25 g; Tłuszcz: 89.43 g; Kw. tł. nasy.: 37.79 g; Węglowodany ogółem: 345.75 g; W tym cukry: 58.49 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2084.09 kcal; Białko ogółem: 61.88 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw. tł. nasy.: 33.40 g; Węglowodany ogółem: 308.15 g; W tym cukry: 34.58 g; Błonnik pok.: 26.07 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2293.17 kcal; Białko ogółem: 82.28 g; Tłuszcz: 84.42 g; Kw. tł. nasy.: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 307.10 g; W tym cukry: 54.99 g; Błonnik pok.: 22.28 g; Sól: 3.89 g;	Wartość energetyczna: 2660.47 kcal; Białko ogółem: 85.48 g; Tłuszcz: 105.85 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 339.74 g; W tym cukry: 59.21 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 2593.77 kcal; Białko ogółem: 105.57 g; Tłuszcz: 80.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.59 g; Węglowodany ogółem: 372.18 g; W tym cukry: 74.19 g; Błonnik pok.: 30.94 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2262.50 kcal; Białko ogółem: 114.83 g; Tłuszcz: 114.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 202.12 g; W tym cukry: 93.50 g; Błonnik pok.: 21.08 g; Sól: 4.66 g;	Wartość energetyczna: 2746.22 kcal; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 98.42 g; Kw. tł. nasy.: 47.40 g; Węglowodany ogółem: 375.04 g; W tym cukry: 81.10 g; Błonnik pok.: 33.05 g; Sól: 10.04 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-24 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Twarożek z natką pietruszki 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 150 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 300 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ryba pieczona (Morszczuk) 150 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ryba pieczona (Morszczuk) 50 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Kompot z suszu 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pierogi ze szpinakiem * 200 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kompot z suszu 250 ml Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2943.98 kcal; Białko ogółem: 153.63 g; Tłuszcz: 80.43 g; Kw. tł. nasy.: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 415.90 g; W tym cukry: 82.18 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2409.39 kcal; Białko ogółem: 84.93 g; Tłuszcz: 52.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 415.48 g; W tym cukry: 57.88 g; Błonnik pok.: 34.10 g; Sól: 5.65 g;	Wartość energetyczna: 2332.89 kcal; Białko ogółem: 89.61 g; Tłuszcz: 60.85 g; Kw. tł. nasy.: 20.73 g; Węglowodany ogółem: 364.65 g; W tym cukry: 65.48 g; Błonnik pok.: 29.21 g; Sól: 3.27 g;	Wartość energetyczna: 2511.77 kcal; Białko ogółem: 89.81 g; Tłuszcz: 57.54 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 417.49 g; W tym cukry: 72.83 g; Błonnik pok.: 33.91 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2781.24 kcal; Białko ogółem: 131.05 g; Tłuszcz: 61.30 g; Kw. tł. nasy.: 26.75 g; Węglowodany ogółem: 440.32 g; W tym cukry: 89.35 g; Błonnik pok.: 35.53 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2373.01 kcal; Białko ogółem: 120.75 g; Tłuszcz: 116.16 g; Kw. tł. nasy.: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 220.91 g; W tym cukry: 108.49 g; Błonnik pok.: 28.30 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2678.00 kcal; Białko ogółem: 114.93 g; Tłuszcz: 64.95 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 423.67 g; W tym cukry: 75.51 g; Błonnik pok.: 39.95 g; Sól: 8.42 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-25 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek naturalny Bieluch 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (***SOJ,***) Serek naturalny Bieluch 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Ser żółty 25 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek naturalny Bieluch 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ser żółty 25 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN								Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Budyń z udźca kurczaka 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kotlet z jaj 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Budyń z udźca kurczaka 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 75 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Babka piaskowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 25 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Babka piaskowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Babka piaskowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Babka piaskowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***) Jabłko pieczone 150 g
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2792.37 kcal; Białko ogółem: 139.31 g; Tłuszcz: 111.52 g; Kw. tł. nasy.: 48.01 g; Węglowodany ogółem: 316.72 g; W tym cukry: 77.06 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2329.41 kcal; Białko ogółem: 71.83 g; Tłuszcz: 79.74 g; Kw. tł. nasy.: 39.88 g; Węglowodany ogółem: 341.83 g; W tym cukry: 70.24 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sól: 6.44 g;	Wartość energetyczna: 2356.90 kcal; Białko ogółem: 102.78 g; Tłuszcz: 94.13 g; Kw. tł. nasy.: 37.54 g; Węglowodany ogółem: 279.04 g; W tym cukry: 61.61 g; Błonnik pok.: 17.17 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 2743.82 kcal; Białko ogółem: 83.94 g; Tłuszcz: 120.45 g; Kw. tł. nasy.: 52.97 g; Węglowodany ogółem: 340.11 g; W tym cukry: 81.69 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2853.52 kcal; Białko ogółem: 115.03 g; Tłuszcz: 91.54 g; Kw. tł. nasy.: 42.63 g; Węglowodany ogółem: 402.27 g; W tym cukry: 98.67 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2466.54 kcal; Białko ogółem: 123.21 g; Tłuszcz: 115.79 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 238.84 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 13.80 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2827.55 kcal; Białko ogółem: 143.18 g; Tłuszcz: 106.78 g; Kw. tł. nasy.: 45.78 g; Węglowodany ogółem: 334.12 g; W tym cukry: 57.09 g; Błonnik pok.: 29.52 g; Sól: 9.24 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-26 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Ser topiony 25 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ser topiony 25 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 150 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 50 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Pomidorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny (bez glutenu) 100 ml Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso (szynka) mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Twarożek 25 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2690.13 kcal; Białko ogółem: 132.41 g; Tłuszcz: 97.63 g; Kw. tł. nasy.: 41.48 g; Węglowodany ogółem: 331.97 g; W tym cukry: 81.18 g; Błonnik pok.: 22.03 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 2276.06 kcal; Białko ogółem: 77.85 g; Tłuszcz: 67.85 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 350.23 g; W tym cukry: 72.39 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 2088.79 kcal; Białko ogółem: 76.57 g; Tłuszcz: 73.47 g; Kw. tł. nasy.: 31.62 g; Węglowodany ogółem: 284.70 g; W tym cukry: 79.12 g; Błonnik pok.: 16.65 g; Sól: 2.97 g;	Wartość energetyczna: 2800.98 kcal; Białko ogółem: 94.13 g; Tłuszcz: 119.39 g; Kw. tł. nasy.: 45.93 g; Węglowodany ogółem: 351.36 g; W tym cukry: 78.34 g; Błonnik pok.: 25.21 g; Sól: 8.19 g;	Wartość energetyczna: 2699.32 kcal; Białko ogółem: 120.39 g; Tłuszcz: 80.40 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 387.92 g; W tym cukry: 102.94 g; Błonnik pok.: 27.80 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2579.95 kcal; Białko ogółem: 133.74 g; Tłuszcz: 123.07 g; Kw. tł. nasy.: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 245.38 g; W tym cukry: 105.51 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2451.33 kcal; Białko ogółem: 108.63 g; Tłuszcz: 82.92 g; Kw. tł. nasy.: 39.75 g; Węglowodany ogółem: 327.66 g; W tym cukry: 76.61 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 8.92 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-27 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 75 g (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 3 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza gryczana na mleku 400 g (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Twarożek 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 150 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk)(bez glutenu) 100 g (***JAJ, RYB,***) Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos pieczarkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 150 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 50 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2878.81 kcal; Białko ogółem: 126.64 g; Tłuszcz: 104.81 g; Kw. tł. nasy.: 41.68 g; Węglowodany ogółem: 372.68 g; W tym cukry: 115.55 g; Błonnik pok.: 30.62 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2233.40 kcal; Białko ogółem: 57.01 g; Tłuszcz: 74.80 g; Kw. tł. nasy.: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 350.44 g; W tym cukry: 98.53 g; Błonnik pok.: 31.68 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2370.78 kcal; Białko ogółem: 66.92 g; Tłuszcz: 91.09 g; Kw. tł. nasy.: 34.92 g; Węglowodany ogółem: 332.22 g; W tym cukry: 106.30 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 3.86 g;	Wartość energetyczna: 2850.18 kcal; Białko ogółem: 97.93 g; Tłuszcz: 108.96 g; Kw. tł. nasy.: 39.52 g; Węglowodany ogółem: 382.80 g; W tym cukry: 117.19 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sól: 5.47 g;	Wartość energetyczna: 2808.61 kcal; Białko ogółem: 116.74 g; Tłuszcz: 90.21 g; Kw. tł. nasy.: 38.65 g; Węglowodany ogółem: 399.04 g; W tym cukry: 119.76 g; Błonnik pok.: 31.67 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2510.44 kcal; Białko ogółem: 124.10 g; Tłuszcz: 116.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 250.70 g; W tym cukry: 108.41 g; Błonnik pok.: 18.73 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2790.19 kcal; Białko ogółem: 124.32 g; Tłuszcz: 101.39 g; Kw. tł. nasy.: 47.51 g; Węglowodany ogółem: 362.47 g; W tym cukry: 85.42 g; Błonnik pok.: 33.28 g; Sól: 10.10 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-28 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Gulasz wołowy- dieta 100 g (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 150 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2777.92 kcal; Białko ogółem: 133.35 g; Tłuszcz: 83.23 g; Kw. tł. nasy.: 40.49 g; Węglowodany ogółem: 384.98 g; W tym cukry: 75.55 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2179.37 kcal; Białko ogółem: 67.25 g; Tłuszcz: 63.55 g; Kw. tł. nasy.: 33.21 g; Węglowodany ogółem: 344.63 g; W tym cukry: 42.30 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 4.91 g;	Wartość energetyczna: 2561.86 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 85.71 g; Kw. tł. nasy.: 37.32 g; Węglowodany ogółem: 358.17 g; W tym cukry: 67.08 g; Błonnik pok.: 22.77 g; Sól: 4.04 g;	Wartość energetyczna: 2812.28 kcal; Białko ogółem: 86.19 g; Tłuszcz: 103.02 g; Kw. tł. nasy.: 45.87 g; Węglowodany ogółem: 400.48 g; W tym cukry: 81.32 g; Błonnik pok.: 34.45 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2763.91 kcal; Białko ogółem: 127.37 g; Tłuszcz: 76.63 g; Kw. tł. nasy.: 38.91 g; Węglowodany ogółem: 401.38 g; W tym cukry: 75.92 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2534.20 kcal; Białko ogółem: 128.61 g; Tłuszcz: 124.28 g; Kw. tł. nasy.: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 237.62 g; W tym cukry: 105.89 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 5.28 g;	Wartość energetyczna: 2994.36 kcal; Białko ogółem: 122.45 g; Tłuszcz: 95.53 g; Kw. tł. nasy.: 51.48 g; Węglowodany ogółem: 421.51 g; W tym cukry: 88.54 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 9.46 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-29 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 150 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN								Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 150 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Schab gotowany 50 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw z jajkiem() 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Sałatka szwedzka z olejem 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe (schab) mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Szpinakowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - szpinakowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2226.42 kcal; Białko ogółem: 118.40 g; Tłuszcz: 68.97 g; Kw. tł. nasy.: 33.99 g; Węglowodany ogółem: 291.06 g; W tym cukry: 56.69 g; Błonnik pok.: 21.58 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 1972.36 kcal; Białko ogółem: 61.58 g; Tłuszcz: 64.61 g; Kw. tł. nasy.: 33.11 g; Węglowodany ogółem: 295.77 g; W tym cukry: 47.43 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 5.48 g;	Wartość energetyczna: 1885.30 kcal; Białko ogółem: 70.66 g; Tłuszcz: 65.67 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 256.27 g; W tym cukry: 46.74 g; Błonnik pok.: 16.35 g; Sól: 3.23 g;	Wartość energetyczna: 2263.90 kcal; Białko ogółem: 63.24 g; Tłuszcz: 101.36 g; Kw. tł. nasy.: 38.54 g; Węglowodany ogółem: 281.26 g; W tym cukry: 61.04 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 2564.70 kcal; Białko ogółem: 112.41 g; Tłuszcz: 81.01 g; Kw. tł. nasy.: 35.89 g; Węglowodany ogółem: 355.79 g; W tym cukry: 78.17 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2523.17 kcal; Białko ogółem: 128.33 g; Tłuszcz: 116.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 247.09 g; W tym cukry: 93.90 g; Błonnik pok.: 22.02 g; Sól: 4.08 g;	Wartość energetyczna: 2266.35 kcal; Białko ogółem: 111.76 g; Tłuszcz: 81.99 g; Kw. tł. nasy.: 41.03 g; Węglowodany ogółem: 281.10 g; W tym cukry: 37.42 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 9.42 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-30 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 75 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 25 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 150 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 50 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2461.71 kcal; Białko ogółem: 105.03 g; Tłuszcz: 73.08 g; Kw. tł. nasy.: 40.43 g; Węglowodany ogółem: 354.07 g; W tym cukry: 76.87 g; Błonnik pok.: 19.47 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2040.81 kcal; Białko ogółem: 54.03 g; Tłuszcz: 61.89 g; Kw. tł. nasy.: 35.11 g; Węglowodany ogółem: 324.55 g; W tym cukry: 42.81 g; Błonnik pok.: 20.08 g; Sól: 4.55 g;	Wartość energetyczna: 2182.11 kcal; Białko ogółem: 66.15 g; Tłuszcz: 68.24 g; Kw. tł. nasy.: 34.40 g; Węglowodany ogółem: 327.29 g; W tym cukry: 66.80 g; Błonnik pok.: 14.90 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2370.85 kcal; Białko ogółem: 82.59 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 42.37 g; Węglowodany ogółem: 343.96 g; W tym cukry: 67.79 g; Błonnik pok.: 18.78 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2428.02 kcal; Białko ogółem: 89.93 g; Tłuszcz: 65.15 g; Kw. tł. nasy.: 34.76 g; Węglowodany ogółem: 378.84 g; W tym cukry: 92.46 g; Błonnik pok.: 19.79 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2491.93 kcal; Białko ogółem: 129.68 g; Tłuszcz: 121.57 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 229.79 g; W tym cukry: 103.82 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 4.22 g;	Wartość energetyczna: 2698.90 kcal; Białko ogółem: 85.79 g; Tłuszcz: 88.06 g; Kw. tł. nasy.: 46.94 g; Węglowodany ogółem: 400.00 g; W tym cukry: 98.79 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 7.95 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2024-12-31 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 75 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 25 g Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Roszponka 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jaglana na sypko 200 g Zrazik wołowy mielony (bez glutenu) 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz z soczewicy i papryki () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 150 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 50 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 100 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2675.70 kcal; Białko ogółem: 129.81 g; Tłuszcz: 83.08 g; Kw. tł. nasy.: 36.55 g; Węglowodany ogółem: 367.59 g; W tym cukry: 73.34 g; Błonnik pok.: 37.15 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2111.23 kcal; Białko ogółem: 63.69 g; Tłuszcz: 65.96 g; Kw. tł. nasy.: 32.79 g; Węglowodany ogółem: 329.00 g; W tym cukry: 53.90 g; Błonnik pok.: 35.82 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2292.39 kcal; Białko ogółem: 86.82 g; Tłuszcz: 75.85 g; Kw. tł. nasy.: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 323.86 g; W tym cukry: 62.83 g; Błonnik pok.: 27.77 g; Sól: 3.96 g;	Wartość energetyczna: 2449.20 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 372.43 g; W tym cukry: 68.37 g; Błonnik pok.: 36.40 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2695.97 kcal; Białko ogółem: 109.18 g; Tłuszcz: 75.19 g; Kw. tł. nasy.: 34.91 g; Węglowodany ogółem: 411.93 g; W tym cukry: 72.96 g; Błonnik pok.: 38.18 g; Sól: 9.02 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2373.20 kcal; Białko ogółem: 122.23 g; Tłuszcz: 114.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 220.37 g; W tym cukry: 95.01 g; Błonnik pok.: 21.86 g; Sól: 4.05 g;	Wartość energetyczna: 2794.72 kcal; Białko ogółem: 120.08 g; Tłuszcz: 82.91 g; Kw. tł. nasy.: 37.28 g; Węglowodany ogółem: 409.71 g; W tym cukry: 64.77 g; Błonnik pok.: 42.53 g; Sól: 9.24 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-01 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 150 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN								Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 230 g Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Potrawka drobiowa z warzywami * 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 75 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 25 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)						Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2941.39 kcal; Białko ogółem: 144.95 g; Tłuszcz: 107.18 g; Kw. tł. nasy.: 50.40 g; Węglowodany ogółem: 354.77 g; W tym cukry: 102.33 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2062.13 kcal; Białko ogółem: 61.79 g; Tłuszcz: 62.01 g; Kw. tł. nasy.: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 321.76 g; W tym cukry: 66.45 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 5.22 g;	Wartość energetyczna: 2461.72 kcal; Białko ogółem: 89.66 g; Tłuszcz: 89.98 g; Kw. tł. nasy.: 40.85 g; Węglowodany ogółem: 323.19 g; W tym cukry: 88.90 g; Błonnik pok.: 19.47 g; Sól: 3.97 g;	Wartość energetyczna: 2477.60 kcal; Białko ogółem: 91.61 g; Tłuszcz: 83.15 g; Kw. tł. nasy.: 46.30 g; Węglowodany ogółem: 346.51 g; W tym cukry: 91.42 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 2609.22 kcal; Białko ogółem: 103.91 g; Tłuszcz: 73.17 g; Kw. tł. nasy.: 39.02 g; Węglowodany ogółem: 392.72 g; W tym cukry: 105.44 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2563.69 kcal; Białko ogółem: 129.78 g; Tłuszcz: 122.57 g; Kw. tł. nasy.: 32.09 g; Węglowodany ogółem: 243.48 g; W tym cukry: 102.67 g; Błonnik pok.: 17.01 g; Sól: 4.21 g;	Wartość energetyczna: 3083.42 kcal; Białko ogółem: 122.96 g; Tłuszcz: 117.71 g; Kw. tł. nasy.: 52.24 g; Węglowodany ogółem: 389.68 g; W tym cukry: 101.02 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 10.18 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-02 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 75 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 300 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g (***SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemn () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 150 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)						Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2754.87 kcal; Białko ogółem: 126.08 g; Tłuszcz: 94.87 g; Kw. tł. nasy.: 45.03 g; Węglowodany ogółem: 360.76 g; W tym cukry: 76.59 g; Błonnik pok.: 26.58 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2268.27 kcal; Białko ogółem: 74.74 g; Tłuszcz: 77.48 g; Kw. tł. nasy.: 39.49 g; Węglowodany ogółem: 329.97 g; W tym cukry: 47.84 g; Błonnik pok.: 25.09 g; Sól: 5.54 g;	Wartość energetyczna: 2354.14 kcal; Białko ogółem: 84.02 g; Tłuszcz: 87.04 g; Kw. tł. nasy.: 38.70 g; Węglowodany ogółem: 315.08 g; W tym cukry: 67.68 g; Błonnik pok.: 19.63 g; Sól: 3.47 g;	Wartość energetyczna: 2749.29 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz: 102.49 g; Kw. tł. nasy.: 47.26 g; Węglowodany ogółem: 374.10 g; W tym cukry: 83.17 g; Błonnik pok.: 30.94 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2739.99 kcal; Białko ogółem: 113.57 g; Tłuszcz: 85.34 g; Kw. tł. nasy.: 41.72 g; Węglowodany ogółem: 389.78 g; W tym cukry: 84.79 g; Błonnik pok.: 26.86 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2448.52 kcal; Białko ogółem: 123.33 g; Tłuszcz: 120.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 224.25 g; W tym cukry: 102.10 g; Błonnik pok.: 15.99 g; Sól: 4.12 g;	Wartość energetyczna: 2919.84 kcal; Białko ogółem: 128.48 g; Tłuszcz: 106.34 g; Kw. tł. nasy.: 52.98 g; Węglowodany ogółem: 374.02 g; W tym cukry: 69.45 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 9.50 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-03 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***) Serek homo. naturalny 75 g (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 150 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Ryba pieczona (Morszczuk) 50 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 150 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2886.05 kcal; Białko ogółem: 134.41 g; Tłuszcz: 94.00 g; Kw. tł. nasy.: 38.47 g; Węglowodany ogółem: 385.40 g; W tym cukry: 82.78 g; Błonnik pok.: 27.38 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 2334.09 kcal; Białko ogółem: 63.79 g; Tłuszcz: 73.41 g; Kw. tł. nasy.: 35.31 g; Węglowodany ogółem: 365.72 g; W tym cukry: 65.78 g; Błonnik pok.: 28.72 g; Sól: 5.22 g;	Wartość energetyczna: 2480.93 kcal; Białko ogółem: 84.44 g; Tłuszcz: 82.06 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 356.41 g; W tym cukry: 72.56 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sól: 3.79 g;	Wartość energetyczna: 2583.96 kcal; Białko ogółem: 80.65 g; Tłuszcz: 83.87 g; Kw. tł. nasy.: 35.74 g; Węglowodany ogółem: 385.32 g; W tym cukry: 74.67 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2889.88 kcal; Białko ogółem: 112.10 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kw. tł. nasy.: 38.02 g; Węglowodany ogółem: 422.01 g; W tym cukry: 88.97 g; Błonnik pok.: 29.83 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2483.99 kcal; Białko ogółem: 125.00 g; Tłuszcz: 116.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 239.59 g; W tym cukry: 94.52 g; Błonnik pok.: 16.61 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2752.94 kcal; Białko ogółem: 118.05 g; Tłuszcz: 82.90 g; Kw. tł. nasy.: 38.32 g; Węglowodany ogółem: 395.94 g; W tym cukry: 99.60 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sól: 8.47 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-04 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 20 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 150 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 50 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz sojowy z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2666.98 kcal; Białko ogółem: 123.53 g; Tłuszcz: 84.70 g; Kw. tł. nasy.: 35.59 g; Węglowodany ogółem: 366.37 g; W tym cukry: 68.06 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sól: 9.77 g;	Wartość energetyczna: 2177.30 kcal; Białko ogółem: 62.07 g; Tłuszcz: 70.22 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 336.84 g; W tym cukry: 42.34 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2295.65 kcal; Białko ogółem: 78.81 g; Tłuszcz: 79.74 g; Kw. tł. nasy.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 320.44 g; W tym cukry: 57.02 g; Błonnik pok.: 18.23 g; Sól: 4.62 g;	Wartość energetyczna: 2494.22 kcal; Białko ogółem: 101.26 g; Tłuszcz: 80.49 g; Kw. tł. nasy.: 39.66 g; Węglowodany ogółem: 347.61 g; W tym cukry: 67.48 g; Błonnik pok.: 37.97 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2546.42 kcal; Białko ogółem: 103.29 g; Tłuszcz: 67.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.77 g; Węglowodany ogółem: 397.38 g; W tym cukry: 74.90 g; Błonnik pok.: 32.06 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2390.59 kcal; Białko ogółem: 119.87 g; Tłuszcz: 115.18 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 227.64 g; W tym cukry: 94.37 g; Błonnik pok.: 22.41 g; Sól: 4.82 g;	Wartość energetyczna: 2752.85 kcal; Białko ogółem: 120.31 g; Tłuszcz: 89.71 g; Kw. tł. nasy.: 44.82 g; Węglowodany ogółem: 377.34 g; W tym cukry: 83.29 g; Błonnik pok.: 32.00 g; Sól: 10.30 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-05 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN								Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 150 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso (schab) mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 75 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 25 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2132.36 kcal; Białko ogółem: 125.41 g; Tłuszcz: 60.97 g; Kw. tł. nasy.: 31.95 g; Węglowodany ogółem: 273.94 g; W tym cukry: 38.09 g; Błonnik pok.: 17.79 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2006.93 kcal; Białko ogółem: 72.91 g; Tłuszcz: 59.34 g; Kw. tł. nasy.: 34.13 g; Węglowodany ogółem: 300.17 g; W tym cukry: 38.59 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sól: 5.38 g;	Wartość energetyczna: 1794.13 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 241.79 g; W tym cukry: 29.29 g; Błonnik pok.: 12.55 g; Sól: 2.92 g;	Wartość energetyczna: 2230.76 kcal; Białko ogółem: 74.68 g; Tłuszcz: 84.08 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 308.41 g; W tym cukry: 54.14 g; Błonnik pok.: 24.71 g; Sól: 5.65 g;	Wartość energetyczna: 2578.46 kcal; Białko ogółem: 111.45 g; Tłuszcz: 74.90 g; Kw. tł. nasy.: 34.12 g; Węglowodany ogółem: 378.57 g; W tym cukry: 71.67 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2465.95 kcal; Białko ogółem: 123.46 g; Tłuszcz: 114.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 240.94 g; W tym cukry: 91.79 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2276.19 kcal; Białko ogółem: 107.94 g; Tłuszcz: 76.27 g; Kw. tł. nasy.: 46.17 g; Węglowodany ogółem: 296.14 g; W tym cukry: 29.20 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 9.14 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-23 poniedziałek	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2528.56 kcal; Białko ogółem: 91.28 g; Tłuszcz: 93.70 g; Kw. tł. nasy.: 43.88 g; Węglowodany ogółem: 339.66 g; W tym cukry: 72.45 g; Błonnik pok.: 30.63 g; Sól: 8.49 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-24 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
	II ŚN	
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PN	Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
		Wartość energetyczna: 2284.75 kcal; Białko ogółem: 91.65 g; Tłuszcz: 60.36 g; Kw. tł. nasy.: 23.33 g; Węglowodany ogółem: 358.67 g; W tym cukry: 76.07 g; Błonnik pok.: 31.97 g; Sól: 5.69 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-25 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ser żółty 25 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	II ŚN	
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***ŚEL,***) Babka piaskowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,***)
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2769.99 kcal; Białko ogółem: 128.03 g; Tłuszcz: 116.04 g; Kw. tł. nasy.: 49.76 g; Węglowodany ogółem: 312.33 g; W tym cukry: 73.62 g; Błonnik pok.: 22.47 g; Sól: 7.75 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-26 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ser topiony 25 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	II ŚN	
	Obiad	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2445.02 kcal; Białko ogółem: 101.35 g; Tłuszcz: 90.06 g; Kw. tł. nasy.: 45.25 g; Węglowodany ogółem: 319.36 g; W tym cukry: 81.05 g; Błonnik pok.: 21.26 g; Sól: 8.48 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-27 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)
	II ŚN	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2489.37 kcal; Białko ogółem: 94.36 g; Tłuszcz: 78.09 g; Kw. tł. nasy.: 34.09 g; Węglowodany ogółem: 368.16 g; W tym cukry: 113.76 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 7.55 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-28 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	II ŚN	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g
		Wartość energetyczna: 2793.95 kcal; Białko ogółem: 115.33 g; Tłuszcz: 91.34 g; Kw. tł. nasy.: 47.99 g; Węglowodany ogółem: 386.71 g; W tym cukry: 73.35 g; Błonnik pok.: 26.30 g; Sól: 7.97 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-29 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN	
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2126.51 kcal; Białko ogółem: 94.92 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tł. nasy.: 39.90 g; Węglowodany ogółem: 274.66 g; W tym cukry: 55.56 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 8.12 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-30 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g
		Wartość energetyczna: 2473.95 kcal; Białko ogółem: 74.20 g; Tłuszcz: 82.06 g; Kw. tł. nasy.: 43.66 g; Węglowodany ogółem: 368.16 g; W tym cukry: 89.36 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 7.37 g;

		KRK- RYD Hematologia
2024-12-31 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	II ŚN	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2572.36 kcal; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 36.14 g; Węglowodany ogółem: 382.66 g; W tym cukry: 65.93 g; Błonnik pok.: 40.12 g; Sól: 7.89 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-01 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN	
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2810.77 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 113.29 g; Kw. tł. nasy.: 48.72 g; Węglowodany ogółem: 339.22 g; W tym cukry: 83.83 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 8.63 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-02 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2676.62 kcal; Białko ogółem: 104.46 g; Tłuszcz: 96.37 g; Kw. tł. nasy.: 49.46 g; Węglowodany ogółem: 358.86 g; W tym cukry: 77.79 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 7.97 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-03 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)
	II ŚN	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2541.26 kcal; Białko ogółem: 93.75 g; Tłuszcz: 77.23 g; Kw. tł. nasy.: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 378.44 g; W tym cukry: 84.31 g; Błonnik pok.: 28.58 g; Sól: 6.50 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-04 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	II ŚN	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2434.63 kcal; Białko ogółem: 95.69 g; Tłuszcz: 79.15 g; Kw. tł. nasy.: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 344.03 g; W tym cukry: 77.08 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 8.76 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-05 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2129.85 kcal; Białko ogółem: 96.75 g; Tłuszcz: 68.79 g; Kw. tł. nasy.: 40.63 g; Węglowodany ogółem: 286.55 g; W tym cukry: 37.85 g; Błonnik pok.: 19.91 g; Sól: 7.79 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-06 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)			Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 100 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2459.23 kcal; Białko ogółem: 117.19 g; Tłuszcz: 76.00 g; Kw. tł. nasy.: 35.60 g; Węglowodany ogółem: 332.91 g; W tym cukry: 74.51 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2487.52 kcal; Białko ogółem: 117.52 g; Tłuszcz: 68.62 g; Kw. tł. nasy.: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 354.86 g; W tym cukry: 88.98 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2489.06 kcal; Białko ogółem: 114.84 g; Tłuszcz: 68.49 g; Kw. tł. nasy.: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 358.52 g; W tym cukry: 91.82 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 7.76 g;		Wartość energetyczna: 2261.01 kcal; Białko ogółem: 116.14 g; Tłuszcz: 65.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 308.35 g; W tym cukry: 75.93 g; Błonnik pok.: 33.88 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2249.68 kcal; Białko ogółem: 114.09 g; Tłuszcz: 68.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 299.39 g; W tym cukry: 65.81 g; Błonnik pok.: 32.67 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2392.53 kcal; Białko ogółem: 108.81 g; Tłuszcz: 64.11 g; Kw. tł. nasy.: 33.58 g; Węglowodany ogółem: 349.70 g; W tym cukry: 80.32 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 1861.94 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 62.17 g; Kw. tł. nasy.: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 230.06 g; W tym cukry: 40.68 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 5.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-07 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka () 200 g (***MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 200 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jabłko 150 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2558.22 kcal; Białko ogółem: 94.62 g; Tłuszcz: 79.56 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 381.30 g; W tym cukry: 78.99 g; Błonnik pok.: 36.81 g; Sól: 9.93 g;	Wartość energetyczna: 2399.26 kcal; Białko ogółem: 88.08 g; Tłuszcz: 74.15 g; Kw. tł. nasy.: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 358.30 g; W tym cukry: 82.58 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 2504.90 kcal; Białko ogółem: 100.21 g; Tłuszcz: 75.26 g; Kw. tł. nasy.: 35.30 g; Węglowodany ogółem: 366.96 g; W tym cukry: 89.44 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 9.50 g;		Wartość energetyczna: 2103.89 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 61.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 319.35 g; W tym cukry: 77.69 g; Błonnik pok.: 39.57 g; Sól: 9.90 g;	Wartość energetyczna: 2073.07 kcal; Białko ogółem: 85.27 g; Tłuszcz: 67.44 g; Kw. tł. nasy.: 34.40 g; Węglowodany ogółem: 300.96 g; W tym cukry: 67.30 g; Błonnik pok.: 43.51 g; Sól: 10.35 g;	Wartość energetyczna: 2341.59 kcal; Białko ogółem: 98.67 g; Tłuszcz: 73.42 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 333.85 g; W tym cukry: 82.07 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 10.81 g;	Wartość energetyczna: 1597.96 kcal; Białko ogółem: 70.30 g; Tłuszcz: 42.65 g; Kw. tł. nasy.: 18.77 g; Węglowodany ogółem: 250.97 g; W tym cukry: 42.75 g; Błonnik pok.: 37.30 g; Sól: 9.15 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-08 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2680.40 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 94.81 g; Kw. tł. nasy.: 44.19 g; Węglowodany ogółem: 369.58 g; W tym cukry: 95.80 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2324.65 kcal; Białko ogółem: 97.20 g; Tłuszcz: 63.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.93 g; Węglowodany ogółem: 355.01 g; W tym cukry: 96.41 g; Błonnik pok.: 25.84 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2339.75 kcal; Białko ogółem: 99.44 g; Tłuszcz: 62.22 g; Kw. tł. nasy.: 32.81 g; Węglowodany ogółem: 353.91 g; W tym cukry: 89.12 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 7.07 g;		Wartość energetyczna: 2321.81 kcal; Białko ogółem: 109.19 g; Tłuszcz: 65.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 341.46 g; W tym cukry: 76.94 g; Błonnik pok.: 34.11 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2466.60 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz: 81.93 g; Kw. tł. nasy.: 42.82 g; Węglowodany ogółem: 346.27 g; W tym cukry: 76.45 g; Błonnik pok.: 36.74 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 2294.27 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 58.36 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 358.22 g; W tym cukry: 85.26 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 8.19 g;	Wartość energetyczna: 1793.65 kcal; Białko ogółem: 86.33 g; Tłuszcz: 54.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 255.50 g; W tym cukry: 41.64 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sól: 8.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-09 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml			Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2810.18 kcal; Białko ogółem: 108.18 g; Tłuszcz: 104.55 g; Kw. tł. nasy.: 40.88 g; Węglowodany ogółem: 371.93 g; W tym cukry: 82.84 g; Błonnik pok.: 32.35 g; Sól: 8.12 g;	Wartość energetyczna: 2547.45 kcal; Białko ogółem: 107.33 g; Tłuszcz: 76.93 g; Kw. tł. nasy.: 37.93 g; Węglowodany ogółem: 368.06 g; W tym cukry: 80.09 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2575.05 kcal; Białko ogółem: 106.92 g; Tłuszcz: 76.60 g; Kw. tł. nasy.: 37.82 g; Węglowodany ogółem: 374.30 g; W tym cukry: 87.45 g; Błonnik pok.: 29.84 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2665.39 kcal; Białko ogółem: 108.90 g; Tłuszcz: 82.65 g; Kw. tł. nasy.: 38.53 g; Węglowodany ogółem: 380.29 g; W tym cukry: 84.93 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 2565.40 kcal; Białko ogółem: 110.45 g; Tłuszcz: 85.82 g; Kw. tł. nasy.: 29.87 g; Węglowodany ogółem: 351.84 g; W tym cukry: 77.30 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2421.55 kcal; Białko ogółem: 102.39 g; Tłuszcz: 87.04 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 320.99 g; W tym cukry: 44.07 g; Błonnik pok.: 34.46 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2344.20 kcal; Białko ogółem: 93.07 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw. tł. nasy.: 34.81 g; Węglowodany ogółem: 347.34 g; W tym cukry: 67.40 g; Błonnik pok.: 34.19 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 1963.95 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 65.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.42 g; Węglowodany ogółem: 263.45 g; W tym cukry: 42.05 g; Błonnik pok.: 29.90 g; Sól: 6.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-10 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***)			Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***)		Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***)	Dyniowa z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***)
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2789.89 kcal; Białko ogółem: 115.52 g; Tłuszcz: 96.24 g; Kw. tł. nasy.: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 375.48 g; W tym cukry: 112.61 g; Błonnik pok.: 31.41 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2569.96 kcal; Białko ogółem: 110.72 g; Tłuszcz: 80.51 g; Kw. tł. nasy.: 37.44 g; Węglowodany ogółem: 358.79 g; W tym cukry: 101.36 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2673.18 kcal; Białko ogółem: 119.13 g; Tłuszcz: 86.99 g; Kw. tł. nasy.: 39.39 g; Węglowodany ogółem: 361.88 g; W tym cukry: 103.51 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 8.04 g;		Wartość energetyczna: 2417.30 kcal; Białko ogółem: 112.50 g; Tłuszcz: 73.05 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 340.27 g; W tym cukry: 103.90 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2531.66 kcal; Białko ogółem: 123.55 g; Tłuszcz: 94.07 g; Kw. tł. nasy.: 48.41 g; Węglowodany ogółem: 313.65 g; W tym cukry: 73.20 g; Błonnik pok.: 32.39 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2605.25 kcal; Białko ogółem: 126.99 g; Tłuszcz: 88.07 g; Kw. tł. nasy.: 40.47 g; Węglowodany ogółem: 336.75 g; W tym cukry: 71.43 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 1923.67 kcal; Białko ogółem: 101.54 g; Tłuszcz: 66.69 g; Kw. tł. nasy.: 30.98 g; Węglowodany ogółem: 244.04 g; W tym cukry: 45.50 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 6.27 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-11 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Musztarda 20 g (***GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml			Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2914.29 kcal; Białko ogółem: 126.62 g; Tłuszcz: 105.23 g; Kw. tł. nasy.: 42.78 g; Węglowodany ogółem: 380.20 g; W tym cukry: 81.42 g; Błonnik pok.: 35.35 g; Sól: 10.22 g;	Wartość energetyczna: 2568.54 kcal; Białko ogółem: 108.90 g; Tłuszcz: 84.72 g; Kw. tł. nasy.: 35.39 g; Węglowodany ogółem: 356.83 g; W tym cukry: 84.96 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2460.63 kcal; Białko ogółem: 108.72 g; Tłuszcz: 74.32 g; Kw. tł. nasy.: 34.45 g; Węglowodany ogółem: 352.79 g; W tym cukry: 88.06 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 7.84 g;		Wartość energetyczna: 2413.85 kcal; Białko ogółem: 115.99 g; Tłuszcz: 74.53 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 337.43 g; W tym cukry: 73.34 g; Błonnik pok.: 36.97 g; Sól: 8.59 g;	Wartość energetyczna: 2419.51 kcal; Białko ogółem: 121.13 g; Tłuszcz: 82.36 g; Kw. tł. nasy.: 36.41 g; Węglowodany ogółem: 317.00 g; W tym cukry: 62.15 g; Błonnik pok.: 37.31 g; Sól: 9.29 g;	Wartość energetyczna: 2440.49 kcal; Białko ogółem: 112.52 g; Tłuszcz: 74.56 g; Kw. tł. nasy.: 35.86 g; Węglowodany ogółem: 343.39 g; W tym cukry: 75.50 g; Błonnik pok.: 34.84 g; Sól: 9.18 g;	Wartość energetyczna: 1813.81 kcal; Białko ogółem: 101.84 g; Tłuszcz: 56.01 g; Kw. tł. nasy.: 20.70 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 35.09 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sól: 8.04 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-12 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Salami kiełbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewajaca, wędzona. 50 g (***SOJ, ŚEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2381.45 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 93.87 g; Kw. tł. nasy.: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 287.43 g; W tym cukry: 65.97 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2148.81 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 270.64 g; W tym cukry: 55.41 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2036.68 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 301.66 g; W tym cukry: 59.91 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 7.39 g;		Wartość energetyczna: 2004.45 kcal; Białko ogółem: 101.44 g; Tłuszcz: 69.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 256.86 g; W tym cukry: 58.88 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2346.52 kcal; Białko ogółem: 120.60 g; Tłuszcz: 84.86 g; Kw. tł. nasy.: 41.31 g; Węglowodany ogółem: 288.10 g; W tym cukry: 65.26 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2243.38 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 64.15 g; Kw. tł. nasy.: 36.31 g; Węglowodany ogółem: 333.54 g; W tym cukry: 65.07 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 1792.82 kcal; Białko ogółem: 103.17 g; Tłuszcz: 58.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 225.54 g; W tym cukry: 40.59 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 6.23 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-13 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)				Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2400.66 kcal; Białko ogółem: 87.04 g; Tłuszcz: 70.65 g; Kw. tł. nasy.: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 362.26 g; W tym cukry: 76.18 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2372.76 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 69.07 g; Kw. tł. nasy.: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 363.13 g; W tym cukry: 77.92 g; Błonnik pok.: 21.94 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2419.77 kcal; Białko ogółem: 84.58 g; Tłuszcz: 69.03 g; Kw. tł. nasy.: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 372.68 g; W tym cukry: 87.58 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 8.02 g;		Wartość energetyczna: 2173.50 kcal; Białko ogółem: 79.55 g; Tłuszcz: 60.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 339.07 g; W tym cukry: 76.30 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 2081.64 kcal; Białko ogółem: 83.82 g; Tłuszcz: 68.38 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 294.40 g; W tym cukry: 47.96 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 2196.76 kcal; Białko ogółem: 78.25 g; Tłuszcz: 66.54 g; Kw. tł. nasy.: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 330.16 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 1567.89 kcal; Białko ogółem: 67.37 g; Tłuszcz: 43.85 g; Kw. tł. nasy.: 19.94 g; Węglowodany ogółem: 235.38 g; W tym cukry: 33.67 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 6.99 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-14 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 200 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2279.89 kcal; Białko ogółem: 104.55 g; Tłuszcz: 72.28 g; Kw. tł. nasy.: 36.02 g; Węglowodany ogółem: 316.29 g; W tym cukry: 60.58 g; Błonnik pok.: 31.25 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2247.28 kcal; Białko ogółem: 99.94 g; Tłuszcz: 70.33 g; Kw. tł. nasy.: 35.86 g; Węglowodany ogółem: 316.81 g; W tym cukry: 65.76 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2460.05 kcal; Białko ogółem: 107.48 g; Tłuszcz: 78.38 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 342.77 g; W tym cukry: 74.88 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sól: 7.23 g;		Wartość energetyczna: 2101.46 kcal; Białko ogółem: 103.16 g; Tłuszcz: 64.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 294.93 g; W tym cukry: 62.32 g; Błonnik pok.: 37.05 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2090.13 kcal; Białko ogółem: 101.11 g; Tłuszcz: 67.42 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 285.97 g; W tym cukry: 52.20 g; Błonnik pok.: 35.84 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2363.52 kcal; Białko ogółem: 101.44 g; Tłuszcz: 74.00 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 333.95 g; W tym cukry: 63.38 g; Błonnik pok.: 33.20 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 1580.88 kcal; Białko ogółem: 86.21 g; Tłuszcz: 44.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.60 g; Węglowodany ogółem: 224.72 g; W tym cukry: 27.14 g; Błonnik pok.: 32.61 g; Sól: 6.10 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-15 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)				Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2763.75 kcal; Białko ogółem: 102.37 g; Tłuszcz: 109.91 g; Kw. tł. nasy.: 48.44 g; Węglowodany ogółem: 357.82 g; W tym cukry: 74.56 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sól: 10.75 g;	Wartość energetyczna: 2603.23 kcal; Białko ogółem: 107.66 g; Tłuszcz: 83.70 g; Kw. tł. nasy.: 38.12 g; Węglowodany ogółem: 367.39 g; W tym cukry: 72.13 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 6.17 g;	Wartość energetyczna: 2601.79 kcal; Białko ogółem: 104.48 g; Tłuszcz: 88.88 g; Kw. tł. nasy.: 38.59 g; Węglowodany ogółem: 356.69 g; W tym cukry: 74.23 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 8.50 g;		Wartość energetyczna: 2425.20 kcal; Białko ogółem: 101.95 g; Tłuszcz: 78.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.04 g; Węglowodany ogółem: 345.17 g; W tym cukry: 74.46 g; Błonnik pok.: 34.78 g; Sól: 8.50 g;	Wartość energetyczna: 2558.83 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 88.36 g; Kw. tł. nasy.: 37.66 g; Węglowodany ogółem: 351.31 g; W tym cukry: 70.80 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 9.13 g;	Wartość energetyczna: 2588.22 kcal; Białko ogółem: 98.11 g; Tłuszcz: 84.41 g; Kw. tł. nasy.: 37.75 g; Węglowodany ogółem: 369.56 g; W tym cukry: 74.81 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 9.67 g;	Wartość energetyczna: 1915.54 kcal; Białko ogółem: 90.47 g; Tłuszcz: 64.15 g; Kw. tł. nasy.: 22.09 g; Węglowodany ogółem: 258.23 g; W tym cukry: 33.73 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 7.84 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-16 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g		Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)
		Wartość energetyczna: 2647.53 kcal; Białko ogółem: 107.08 g; Tłuszcz: 94.74 g; Kw. tł. nasy.: 46.36 g; Węglowodany ogółem: 346.75 g; W tym cukry: 70.05 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 5.13 g;	Wartość energetyczna: 2413.28 kcal; Białko ogółem: 111.30 g; Tłuszcz: 75.33 g; Kw. tł. nasy.: 36.95 g; Węglowodany ogółem: 327.32 g; W tym cukry: 69.94 g; Błonnik pok.: 16.20 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 2456.90 kcal; Białko ogółem: 111.07 g; Tłuszcz: 74.99 g; Kw. tł. nasy.: 37.19 g; Węglowodany ogółem: 345.35 g; W tym cukry: 74.09 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sól: 7.72 g;		Wartość energetyczna: 2522.15 kcal; Białko ogółem: 119.84 g; Tłuszcz: 82.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 334.09 g; W tym cukry: 61.79 g; Błonnik pok.: 31.59 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2602.06 kcal; Białko ogółem: 118.46 g; Tłuszcz: 87.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 344.56 g; W tym cukry: 63.99 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 6.85 g;	Wartość energetyczna: 2451.60 kcal; Białko ogółem: 105.70 g; Tłuszcz: 72.35 g; Kw. tł. nasy.: 36.68 g; Węglowodany ogółem: 355.96 g; W tym cukry: 74.92 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 1979.70 kcal; Białko ogółem: 103.13 g; Tłuszcz: 63.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 256.72 g; W tym cukry: 26.88 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 5.56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-17 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 200 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2772.69 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 101.35 g; Kw. tł. nasy.: 37.34 g; Węglowodany ogółem: 374.93 g; W tym cukry: 94.81 g; Błonnik pok.: 31.18 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2482.43 kcal; Białko ogółem: 99.96 g; Tłuszcz: 77.70 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 356.86 g; W tym cukry: 97.09 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 2601.13 kcal; Białko ogółem: 108.12 g; Tłuszcz: 83.78 g; Kw. tł. nasy.: 36.86 g; Węglowodany ogółem: 362.84 g; W tym cukry: 104.02 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 6.18 g;		Wartość energetyczna: 2337.56 kcal; Białko ogółem: 116.77 g; Tłuszcz: 74.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 314.06 g; W tym cukry: 71.36 g; Błonnik pok.: 34.67 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2289.41 kcal; Białko ogółem: 112.67 g; Tłuszcz: 77.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.33 g; Węglowodany ogółem: 298.72 g; W tym cukry: 61.42 g; Błonnik pok.: 35.37 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2487.28 kcal; Białko ogółem: 115.66 g; Tłuszcz: 80.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 334.95 g; W tym cukry: 73.31 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 1780.84 kcal; Białko ogółem: 98.68 g; Tłuszcz: 54.49 g; Kw. tł. nasy.: 19.32 g; Węglowodany ogółem: 236.52 g; W tym cukry: 36.65 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sól: 5.48 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-18 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (***SEL,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml			Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2700.56 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 98.67 g; Kw. tł. nasy.: 47.32 g; Węglowodany ogółem: 366.23 g; W tym cukry: 73.57 g; Błonnik pok.: 40.43 g; Sól: 9.38 g;	Wartość energetyczna: 2547.63 kcal; Białko ogółem: 104.78 g; Tłuszcz: 75.60 g; Kw. tł. nasy.: 36.07 g; Węglowodany ogółem: 373.36 g; W tym cukry: 81.88 g; Błonnik pok.: 23.66 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2578.33 kcal; Białko ogółem: 104.98 g; Tłuszcz: 75.37 g; Kw. tł. nasy.: 36.02 g; Węglowodany ogółem: 379.53 g; W tym cukry: 89.14 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 8.69 g;		Wartość energetyczna: 2493.32 kcal; Białko ogółem: 109.10 g; Tłuszcz: 83.72 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 343.59 g; W tym cukry: 69.57 g; Błonnik pok.: 32.56 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 2464.22 kcal; Białko ogółem: 104.87 g; Tłuszcz: 86.51 g; Kw. tł. nasy.: 44.39 g; Węglowodany ogółem: 335.35 g; W tym cukry: 69.08 g; Błonnik pok.: 35.19 g; Sól: 9.07 g;	Wartość energetyczna: 2456.04 kcal; Białko ogółem: 96.76 g; Tłuszcz: 70.57 g; Kw. tł. nasy.: 35.24 g; Węglowodany ogółem: 369.43 g; W tym cukry: 85.28 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 9.82 g;	Wartość energetyczna: 1857.21 kcal; Białko ogółem: 89.04 g; Tłuszcz: 61.71 g; Kw. tł. nasy.: 28.76 g; Węglowodany ogółem: 251.79 g; W tym cukry: 34.47 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 7.83 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-19 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 200 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml			Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2293.67 kcal; Białko ogółem: 87.26 g; Tłuszcz: 78.42 g; Kw. tł. nasy.: 34.40 g; Węglowodany ogółem: 321.15 g; W tym cukry: 68.30 g; Błonnik pok.: 31.73 g; Sól: 6.04 g;	Wartość energetyczna: 2194.73 kcal; Białko ogółem: 94.60 g; Tłuszcz: 68.61 g; Kw. tł. nasy.: 34.21 g; Węglowodany ogółem: 312.46 g; W tym cukry: 76.73 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2209.91 kcal; Białko ogółem: 95.04 g; Tłuszcz: 68.79 g; Kw. tł. nasy.: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 315.71 g; W tym cukry: 79.23 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.73 g;		Wartość energetyczna: 1955.37 kcal; Białko ogółem: 102.72 g; Tłuszcz: 56.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.00 g; Węglowodany ogółem: 275.91 g; W tym cukry: 57.69 g; Błonnik pok.: 37.27 g; Sól: 6.06 g;	Wartość energetyczna: 2226.42 kcal; Białko ogółem: 115.20 g; Tłuszcz: 68.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.67 g; Węglowodany ogółem: 303.73 g; W tym cukry: 66.11 g; Błonnik pok.: 39.01 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 2340.76 kcal; Białko ogółem: 109.53 g; Tłuszcz: 69.68 g; Kw. tł. nasy.: 33.77 g; Węglowodany ogółem: 331.67 g; W tym cukry: 72.27 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.18 g;	Wartość energetyczna: 1701.58 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 43.53 g; Kw. tł. nasy.: 18.01 g; Węglowodany ogółem: 243.07 g; W tym cukry: 37.76 g; Błonnik pok.: 35.70 g; Sól: 5.67 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-06 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 150 g Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 300 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy (bez glutenu)* 100 ml Dynia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z warzywami i serem żółtym* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Mięso drobiowe mielone (filet z kurczaka) 100 g (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - wielowarzywna z ziemniakami () SU 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 150 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 50 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Roszponka 10 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 100 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2650.96 kcal; Białko ogółem: 147.49 g; Tłuszcz: 72.46 g; Kw. tł. nasy.: 36.65 g; Węglowodany ogółem: 356.84 g; W tym cukry: 90.45 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2184.89 kcal; Białko ogółem: 73.09 g; Tłuszcz: 64.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 332.79 g; W tym cukry: 63.79 g; Błonnik pok.: 23.38 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2208.03 kcal; Białko ogółem: 92.34 g; Tłuszcz: 68.28 g; Kw. tł. nasy.: 31.84 g; Węglowodany ogółem: 303.78 g; W tym cukry: 70.17 g; Błonnik pok.: 17.96 g; Sól: 3.65 g;	Wartość energetyczna: 2707.84 kcal; Białko ogółem: 87.65 g; Tłuszcz: 107.71 g; Kw. tł. nasy.: 40.52 g; Węglowodany ogółem: 353.88 g; W tym cukry: 76.42 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2700.87 kcal; Białko ogółem: 116.80 g; Tłuszcz: 76.91 g; Kw. tł. nasy.: 34.92 g; Węglowodany ogółem: 391.59 g; W tym cukry: 94.91 g; Błonnik pok.: 27.23 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2503.17 kcal; Białko ogółem: 125.17 g; Tłuszcz: 117.98 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 245.68 g; W tym cukry: 113.32 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2779.39 kcal; Białko ogółem: 128.51 g; Tłuszcz: 84.80 g; Kw. tł. nasy.: 43.31 g; Węglowodany ogółem: 383.38 g; W tym cukry: 87.25 g; Błonnik pok.: 28.66 g; Sól: 10.11 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-07 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 250 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 100 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g (***SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka () 200 g (***MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)			Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2499.69 kcal; Białko ogółem: 99.88 g; Tłuszcz: 77.83 g; Kw. tł. nasy.: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 363.75 g; W tym cukry: 84.51 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 10.26 g;	Wartość energetyczna: 1888.60 kcal; Białko ogółem: 46.88 g; Tłuszcz: 60.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.40 g; Węglowodany ogółem: 304.40 g; W tym cukry: 60.79 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 6.71 g;	Wartość energetyczna: 2050.78 kcal; Białko ogółem: 64.12 g; Tłuszcz: 72.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.07 g; Węglowodany ogółem: 293.82 g; W tym cukry: 73.73 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 2556.80 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz: 86.15 g; Kw. tł. nasy.: 47.87 g; Węglowodany ogółem: 374.11 g; W tym cukry: 78.23 g; Błonnik pok.: 34.19 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2733.68 kcal; Białko ogółem: 108.52 g; Tłuszcz: 74.95 g; Kw. tł. nasy.: 34.85 g; Węglowodany ogółem: 419.05 g; W tym cukry: 93.63 g; Błonnik pok.: 30.54 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2486.65 kcal; Białko ogółem: 128.08 g; Tłuszcz: 118.83 g; Kw. tł. nasy.: 29.71 g; Węglowodany ogółem: 235.64 g; W tym cukry: 106.72 g; Błonnik pok.: 21.24 g; Sól: 4.38 g;	Wartość energetyczna: 2712.00 kcal; Białko ogółem: 103.25 g; Tłuszcz: 87.55 g; Kw. tł. nasy.: 42.00 g; Węglowodany ogółem: 390.75 g; W tym cukry: 106.14 g; Błonnik pok.: 33.68 g; Sól: 11.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-08 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 150 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw () 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 75 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 25 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g
		Wartość energetyczna: 2486.49 kcal; Białko ogółem: 119.54 g; Tłuszcz: 68.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.13 g; Węglowodany ogółem: 361.40 g; W tym cukry: 96.48 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 1987.24 kcal; Białko ogółem: 57.62 g; Tłuszcz: 54.39 g; Kw. tł. nasy.: 31.29 g; Węglowodany ogółem: 330.34 g; W tym cukry: 72.87 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sól: 5.74 g;	Wartość energetyczna: 2199.54 kcal; Białko ogółem: 80.50 g; Tłuszcz: 65.90 g; Kw. tł. nasy.: 30.37 g; Węglowodany ogółem: 327.30 g; W tym cukry: 90.28 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2511.97 kcal; Białko ogółem: 94.13 g; Tłuszcz: 83.84 g; Kw. tł. nasy.: 41.55 g; Węglowodany ogółem: 362.55 g; W tym cukry: 108.43 g; Błonnik pok.: 34.49 g; Sól: 5.49 g;	Wartość energetyczna: 2471.10 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 61.85 g; Kw. tł. nasy.: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 382.63 g; W tym cukry: 92.71 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2534.91 kcal; Białko ogółem: 124.85 g; Tłuszcz: 120.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 110.92 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2588.47 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 67.24 g; Kw. tł. nasy.: 36.39 g; Węglowodany ogółem: 397.81 g; W tym cukry: 103.88 g; Błonnik pok.: 31.58 g; Sól: 8.56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-09 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN								Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Klopsik wieprzowy 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto wegetariańskie z tofu() 350 g (***SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 75 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 25 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w oslonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2736.19 kcal; Białko ogółem: 122.96 g; Tłuszcz: 86.56 g; Kw. tł. nasy.: 40.48 g; Węglowodany ogółem: 376.90 g; W tym cukry: 79.24 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2198.80 kcal; Białko ogółem: 66.52 g; Tłuszcz: 67.04 g; Kw. tł. nasy.: 34.66 g; Węglowodany ogółem: 341.93 g; W tym cukry: 48.87 g; Błonnik pok.: 24.20 g; Sól: 5.45 g;	Wartość energetyczna: 2341.42 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 77.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.79 g; Węglowodany ogółem: 331.35 g; W tym cukry: 71.44 g; Błonnik pok.: 23.86 g; Sól: 3.82 g;	Wartość energetyczna: 2979.48 kcal; Białko ogółem: 93.33 g; Tłuszcz: 126.22 g; Kw. tł. nasy.: 40.18 g; Węglowodany ogółem: 375.37 g; W tym cukry: 83.98 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2684.45 kcal; Białko ogółem: 113.86 g; Tłuszcz: 76.43 g; Kw. tł. nasy.: 37.41 g; Węglowodany ogółem: 396.24 g; W tym cukry: 91.72 g; Błonnik pok.: 31.06 g; Sól: 6.54 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2505.34 kcal; Białko ogółem: 126.18 g; Tłuszcz: 117.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 109.30 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2738.77 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 92.01 g; Kw. tł. nasy.: 45.34 g; Węglowodany ogółem: 387.30 g; W tym cukry: 66.37 g; Błonnik pok.: 33.07 g; Sól: 9.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-10 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 75 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 3 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza gryczana na mleku 400 g (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 150 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***)	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***)	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) (bez glutenu) 100 g (***JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Szpinak gotowany z olejem. (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***)	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***)
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 150 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2778.22 kcal; Białko ogółem: 135.09 g; Tłuszcz: 90.34 g; Kw. tł. nasy.: 39.79 g; Węglowodany ogółem: 364.28 g; W tym cukry: 101.96 g; Błonnik pok.: 27.06 g; Sól: 7.47 g;	Wartość energetyczna: 2145.73 kcal; Białko ogółem: 59.96 g; Tłuszcz: 61.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 346.90 g; W tym cukry: 91.05 g; Błonnik pok.: 26.53 g; Sól: 5.36 g;	Wartość energetyczna: 2367.06 kcal; Białko ogółem: 88.45 g; Tłuszcz: 81.97 g; Kw. tł. nasy.: 34.52 g; Węglowodany ogółem: 320.87 g; W tym cukry: 91.09 g; Błonnik pok.: 18.64 g; Sól: 3.33 g;	Wartość energetyczna: 2872.39 kcal; Białko ogółem: 103.64 g; Tłuszcz: 105.09 g; Kw. tł. nasy.: 40.29 g; Węglowodany ogółem: 386.96 g; W tym cukry: 117.21 g; Błonnik pok.: 31.53 g; Sól: 6.17 g;	Wartość energetyczna: 2804.53 kcal; Białko ogółem: 125.01 g; Tłuszcz: 86.62 g; Kw. tł. nasy.: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 390.60 g; W tym cukry: 107.10 g; Błonnik pok.: 28.46 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2570.65 kcal; Białko ogółem: 131.20 g; Tłuszcz: 120.44 g; Kw. tł. nasy.: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 250.38 g; W tym cukry: 109.55 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 5.20 g;	Wartość energetyczna: 2846.67 kcal; Białko ogółem: 133.55 g; Tłuszcz: 98.61 g; Kw. tł. nasy.: 49.11 g; Węglowodany ogółem: 370.04 g; W tym cukry: 82.51 g; Błonnik pok.: 30.11 g; Sól: 9.99 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-11 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 250 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 200 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z warzywami i soczewica wegetariańskie () 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2689.85 kcal; Białko ogółem: 127.48 g; Tłuszcz: 88.93 g; Kw. tł. nasy.: 36.34 g; Węglowodany ogółem: 359.70 g; W tym cukry: 85.24 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 9.08 g;	Wartość energetyczna: 2202.71 kcal; Białko ogółem: 65.62 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kw. tł. nasy.: 33.67 g; Węglowodany ogółem: 326.58 g; W tym cukry: 61.19 g; Błonnik pok.: 33.35 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2487.91 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz: 87.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.79 g; Węglowodany ogółem: 343.87 g; W tym cukry: 78.88 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 5.16 g;	Wartość energetyczna: 2527.66 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 83.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 374.40 g; W tym cukry: 84.63 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2550.93 kcal; Białko ogółem: 103.98 g; Tłuszcz: 74.46 g; Kw. tł. nasy.: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 380.67 g; W tym cukry: 91.22 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2497.92 kcal; Białko ogółem: 122.44 g; Tłuszcz: 116.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 249.98 g; W tym cukry: 110.62 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2857.83 kcal; Białko ogółem: 125.55 g; Tłuszcz: 87.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.06 g; Węglowodany ogółem: 406.46 g; W tym cukry: 98.68 g; Błonnik pok.: 39.15 g; Sól: 8.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-12 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g
	II ŚN								Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 230 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Potrawka drobiowa z warzywami * 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (***SOJ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)						Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w oslonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2492.46 kcal; Białko ogółem: 146.32 g; Tłuszcz: 95.18 g; Kw. tł. nasy.: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 273.77 g; W tym cukry: 57.09 g; Błonnik pok.: 21.87 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 1934.21 kcal; Białko ogółem: 67.10 g; Tłuszcz: 59.94 g; Kw. tł. nasy.: 33.80 g; Węglowodany ogółem: 292.79 g; W tym cukry: 48.28 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 1994.77 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 244.95 g; W tym cukry: 46.75 g; Błonnik pok.: 16.16 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2140.48 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 293.50 g; W tym cukry: 65.60 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 2484.77 kcal; Białko ogółem: 113.84 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 362.55 g; W tym cukry: 80.58 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2553.15 kcal; Białko ogółem: 126.73 g; Tłuszcz: 120.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 109.32 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2460.58 kcal; Białko ogółem: 112.41 g; Tłuszcz: 90.16 g; Kw. tł. nasy.: 43.75 g; Węglowodany ogółem: 309.62 g; W tym cukry: 51.14 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 9.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-13 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 150 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 50 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 150 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 50 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wafle ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2500.53 kcal; Białko ogółem: 96.81 g; Tłuszcz: 74.90 g; Kw. tł. nasy.: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 369.57 g; W tym cukry: 81.71 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2073.05 kcal; Białko ogółem: 47.90 g; Tłuszcz: 60.84 g; Kw. tł. nasy.: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 344.20 g; W tym cukry: 55.57 g; Błonnik pok.: 21.17 g; Sól: 5.17 g;	Wartość energetyczna: 2223.40 kcal; Białko ogółem: 64.61 g; Tłuszcz: 70.93 g; Kw. tł. nasy.: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 336.89 g; W tym cukry: 69.63 g; Błonnik pok.: 17.33 g; Sól: 3.27 g;	Wartość energetyczna: 2428.93 kcal; Białko ogółem: 81.34 g; Tłuszcz: 79.03 g; Kw. tł. nasy.: 45.37 g; Węglowodany ogółem: 356.41 g; W tym cukry: 72.16 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2464.91 kcal; Białko ogółem: 90.09 g; Tłuszcz: 68.64 g; Kw. tł. nasy.: 35.35 g; Węglowodany ogółem: 380.97 g; W tym cukry: 91.85 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2539.78 kcal; Białko ogółem: 131.37 g; Tłuszcz: 119.23 g; Kw. tł. nasy.: 29.79 g; Węglowodany ogółem: 244.95 g; W tym cukry: 110.82 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.47 g;	Wartość energetyczna: 2508.74 kcal; Białko ogółem: 89.19 g; Tłuszcz: 78.43 g; Kw. tł. nasy.: 47.10 g; Węglowodany ogółem: 370.92 g; W tym cukry: 67.94 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 9.92 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-14 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 75 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 25 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Tofu 50 g (***SOJ.***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ.***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE.***)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa pieczona 150 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 300 g Szynka wieprzowa pieczona 50 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.***) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ.***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE.***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (***SEL.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso drobiowe (filet z kurczaka) mielone 100 g (***GLU PSZ.***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE.***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE.***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2435.27 kcal; Białko ogółem: 126.85 g; Tłuszcz: 78.97 g; Kw. tł. nasy.: 39.13 g; Węglowodany ogółem: 317.41 g; W tym cukry: 65.76 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 1955.56 kcal; Białko ogółem: 62.74 g; Tłuszcz: 64.22 g; Kw. tł. nasy.: 33.80 g; Węglowodany ogółem: 295.15 g; W tym cukry: 42.28 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2077.36 kcal; Białko ogółem: 77.83 g; Tłuszcz: 70.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 289.73 g; W tym cukry: 56.82 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 4.01 g;	Wartość energetyczna: 2409.15 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; Tłuszcz: 96.59 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 318.41 g; W tym cukry: 77.97 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2670.56 kcal; Białko ogółem: 115.47 g; Tłuszcz: 83.25 g; Kw. tł. nasy.: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 377.41 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 34.69 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2513.58 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 118.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; W tym cukry: 96.00 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2561.91 kcal; Białko ogółem: 117.72 g; Tłuszcz: 76.12 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 364.13 g; W tym cukry: 73.72 g; Błonnik pok.: 36.14 g; Sól: 8.77 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-15 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska drobiowa 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska drobiowa 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzycą () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 150 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 50 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2842.10 kcal; Białko ogółem: 131.65 g; Tłuszcz: 89.52 g; Kw. tł. nasy.: 39.27 g; Węglowodany ogółem: 390.78 g; W tym cukry: 74.43 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2131.52 kcal; Białko ogółem: 60.06 g; Tłuszcz: 69.12 g; Kw. tł. nasy.: 32.40 g; Węglowodany ogółem: 330.73 g; W tym cukry: 51.72 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sól: 5.35 g;	Wartość energetyczna: 2376.06 kcal; Białko ogółem: 84.99 g; Tłuszcz: 89.64 g; Kw. tł. nasy.: 35.67 g; Węglowodany ogółem: 307.78 g; W tym cukry: 61.11 g; Błonnik pok.: 15.53 g; Sól: 4.12 g;	Wartość energetyczna: 2537.19 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 358.58 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2711.19 kcal; Białko ogółem: 111.42 g; Tłuszcz: 88.71 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 378.63 g; W tym cukry: 78.50 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2581.86 kcal; Białko ogółem: 132.29 g; Tłuszcz: 126.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 239.69 g; W tym cukry: 105.92 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 2965.34 kcal; Białko ogółem: 106.37 g; Tłuszcz: 112.46 g; Kw. tł. nasy.: 52.07 g; Węglowodany ogółem: 393.61 g; W tym cukry: 92.47 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 11.77 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-16 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 150 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 150 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 300 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 50 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Frittata z jajkiem 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)
		Wartość energetyczna: 2611.75 kcal; Białko ogółem: 137.68 g; Tłuszcz: 84.59 g; Kw. tł. nasy.: 39.91 g; Węglowodany ogółem: 329.49 g; W tym cukry: 71.78 g; Błonnik pok.: 16.20 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2082.07 kcal; Białko ogółem: 70.76 g; Tłuszcz: 66.44 g; Kw. tł. nasy.: 34.11 g; Węglowodany ogółem: 305.89 g; W tym cukry: 44.65 g; Błonnik pok.: 16.39 g; Sól: 4.93 g;	Wartość energetyczna: 2230.93 kcal; Białko ogółem: 86.51 g; Tłuszcz: 76.58 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 300.09 g; W tym cukry: 60.92 g; Błonnik pok.: 11.39 g; Sól: 3.26 g;	Wartość energetyczna: 2261.01 kcal; Białko ogółem: 75.69 g; Tłuszcz: 87.75 g; Kw. tł. nasy.: 46.73 g; Węglowodany ogółem: 298.77 g; W tym cukry: 70.62 g; Błonnik pok.: 20.13 g; Sól: 4.85 g;	Wartość energetyczna: 2747.10 kcal; Białko ogółem: 123.62 g; Tłuszcz: 77.04 g; Kw. tł. nasy.: 37.15 g; Węglowodany ogółem: 403.36 g; W tym cukry: 78.30 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2404.22 kcal; Białko ogółem: 120.39 g; Tłuszcz: 116.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 231.00 g; W tym cukry: 111.44 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sól: 4.30 g;	Wartość energetyczna: 3139.28 kcal; Białko ogółem: 123.23 g; Tłuszcz: 108.66 g; Kw. tł. nasy.: 48.77 g; Węglowodany ogółem: 421.65 g; W tym cukry: 68.39 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 10.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-17 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 150 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Ryba pieczona (Morszczuk) 50 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet jaglany z serem top i pietruszką 100 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik () RYD 700 g (***JAJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 150 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2674.73 kcal; Białko ogółem: 137.11 g; Tłuszcz: 89.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.35 g; Węglowodany ogółem: 340.01 g; W tym cukry: 77.62 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2043.09 kcal; Białko ogółem: 57.82 g; Tłuszcz: 65.58 g; Kw. tł. nasy.: 32.40 g; Węglowodany ogółem: 317.47 g; W tym cukry: 63.26 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 4.88 g;	Wartość energetyczna: 2364.63 kcal; Białko ogółem: 86.34 g; Tłuszcz: 78.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 334.07 g; W tym cukry: 91.26 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sól: 3.68 g;	Wartość energetyczna: 2729.40 kcal; Białko ogółem: 74.33 g; Tłuszcz: 102.74 g; Kw. tł. nasy.: 39.17 g; Węglowodany ogółem: 386.53 g; W tym cukry: 94.79 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2784.99 kcal; Białko ogółem: 112.25 g; Tłuszcz: 84.48 g; Kw. tł. nasy.: 36.88 g; Węglowodany ogółem: 404.62 g; W tym cukry: 108.88 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2533.67 kcal; Białko ogółem: 129.19 g; Tłuszcz: 118.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 247.69 g; W tym cukry: 95.93 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2671.15 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 80.51 g; Kw. tł. nasy.: 39.12 g; Węglowodany ogółem: 380.37 g; W tym cukry: 92.16 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 7.52 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-18 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 75 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Pulpet drobiowy 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2714.46 kcal; Białko ogółem: 124.86 g; Tłuszcz: 82.85 g; Kw. tł. nasy.: 37.72 g; Węglowodany ogółem: 379.11 g; W tym cukry: 82.09 g; Błonnik pok.: 23.80 g; Sól: 9.79 g;	Wartość energetyczna: 2123.77 kcal; Białko ogółem: 58.51 g; Tłuszcz: 63.12 g; Kw. tł. nasy.: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 342.78 g; W tym cukry: 62.85 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2438.00 kcal; Białko ogółem: 84.12 g; Tłuszcz: 87.56 g; Kw. tł. nasy.: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 331.38 g; W tym cukry: 66.29 g; Błonnik pok.: 17.69 g; Sól: 4.67 g;	Wartość energetyczna: 2693.22 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 88.28 g; Kw. tł. nasy.: 44.00 g; Węglowodany ogółem: 393.04 g; W tym cukry: 72.90 g; Błonnik pok.: 39.82 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2730.31 kcal; Białko ogółem: 110.89 g; Tłuszcz: 74.12 g; Kw. tł. nasy.: 35.57 g; Węglowodany ogółem: 417.22 g; W tym cukry: 93.33 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2443.68 kcal; Białko ogółem: 128.07 g; Tłuszcz: 121.53 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 221.02 g; W tym cukry: 106.61 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2963.25 kcal; Białko ogółem: 117.03 g; Tłuszcz: 99.86 g; Kw. tł. nasy.: 51.06 g; Węglowodany ogółem: 410.92 g; W tym cukry: 101.91 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 10.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-19 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 150 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Schab gotowany 50 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw z jajkiem() 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe (schab) mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 150 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2389.67 kcal; Białko ogółem: 120.92 g; Tłuszcz: 75.14 g; Kw. tł. nasy.: 37.80 g; Węglowodany ogółem: 320.26 g; W tym cukry: 83.73 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2110.44 kcal; Białko ogółem: 65.96 g; Tłuszcz: 67.53 g; Kw. tł. nasy.: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 323.97 g; W tym cukry: 62.89 g; Błonnik pok.: 34.09 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2030.87 kcal; Białko ogółem: 73.25 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.16 g; Węglowodany ogółem: 285.28 g; W tym cukry: 68.00 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 3.84 g;	Wartość energetyczna: 2326.66 kcal; Białko ogółem: 66.34 g; Tłuszcz: 101.28 g; Kw. tł. nasy.: 40.92 g; Węglowodany ogółem: 295.58 g; W tym cukry: 74.15 g; Błonnik pok.: 29.40 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2724.26 kcal; Białko ogółem: 115.63 g; Tłuszcz: 85.11 g; Kw. tł. nasy.: 38.62 g; Węglowodany ogółem: 388.77 g; W tym cukry: 99.47 g; Błonnik pok.: 35.45 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2512.95 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 117.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 244.26 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2378.76 kcal; Białko ogółem: 109.33 g; Tłuszcz: 72.68 g; Kw. tł. nasy.: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 335.67 g; W tym cukry: 73.47 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 9.19 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-06 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2557.04 kcal; Białko ogółem: 111.62 g; Tłuszcz: 79.16 g; Kw. tł. nasy.: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 356.32 g; W tym cukry: 88.41 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 8.75 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-07 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2565.56 kcal; Białko ogółem: 90.28 g; Tłuszcz: 82.10 g; Kw. tł. nasy.: 36.46 g; Węglowodany ogółem: 376.79 g; W tym cukry: 95.55 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 9.44 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-08 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU_OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SÉL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SÉL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2339.75 kcal; Białko ogółem: 99.44 g; Tłuszcz: 62.22 g; Kw. tł. nasy.: 32.81 g; Węglowodany ogółem: 353.91 g; W tym cukry: 89.12 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 7.07 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-09 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2646.62 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 90.67 g; Kw. tł. nasy.: 44.21 g; Węglowodany ogółem: 370.96 g; W tym cukry: 84.52 g; Błonnik pok.: 30.68 g; Sól: 7.79 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-10 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***)
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2499.85 kcal; Białko ogółem: 103.85 g; Tłuszcz: 75.34 g; Kw. tł. nasy.: 35.69 g; Węglowodany ogółem: 360.15 g; W tym cukry: 102.81 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 7.44 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-11 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2605.98 kcal; Białko ogółem: 114.42 g; Tłuszcz: 83.73 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 360.47 g; W tym cukry: 88.49 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 6.88 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-12 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (_ ***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2238.22 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 84.52 g; Kw. tł. nasy.: 42.62 g; Węglowodany ogółem: 282.57 g; W tym cukry: 52.30 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 8.46 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-13 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2510.61 kcal; Białko ogółem: 82.55 g; Tłuszcz: 74.09 g; Kw. tł. nasy.: 43.63 g; Węglowodany ogółem: 386.40 g; W tym cukry: 83.77 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 8.52 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-14 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2339.55 kcal; Białko ogółem: 100.83 g; Tłuszcz: 70.48 g; Kw. tł. nasy.: 35.81 g; Węglowodany ogółem: 337.07 g; W tym cukry: 74.88 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sól: 7.41 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-15 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU_OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2692.69 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Tłuszcz: 108.05 g; Kw. tł. nasy.: 48.55 g; Węglowodany ogółem: 343.15 g; W tym cukry: 75.28 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Sól: 10.23 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-16 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Sok pomidorowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną, 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2701.17 kcal; Białko ogółem: 106.86 g; Tłuszcz: 102.67 g; Kw. tł. nasy.: 43.92 g; Węglowodany ogółem: 343.36 g; W tym cukry: 66.18 g; Błonnik pok.: 18.47 g; Sól: 8.64 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-17 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2427.79 kcal; Białko ogółem: 92.83 g; Tłuszcz: 72.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.16 g; Węglowodany ogółem: 361.11 g; W tym cukry: 103.32 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 5.58 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-18 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2799.31 kcal; Białko ogółem: 110.33 g; Tłuszcz: 95.78 g; Kw. tł. nasy.: 47.48 g; Węglowodany ogółem: 383.42 g; W tym cukry: 89.15 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sól: 8.93 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-19 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2209.91 kcal; Białko ogółem: 95.04 g; Tłuszcz: 68.79 g; Kw. tł. nasy.: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 315.71 g; W tym cukry: 79.23 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 7.73 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-20 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki z serem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2827.29 kcal; Białko ogółem: 109.83 g; Tłuszcz: 86.50 g; Kw. tł. nasy.: 38.82 g; Węglowodany ogółem: 415.35 g; W tym cukry: 102.74 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2262.44 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 66.92 g; Kw. tł. nasy.: 35.91 g; Węglowodany ogółem: 334.88 g; W tym cukry: 74.08 g; Błonnik pok.: 22.15 g; Sól: 6.19 g;	Wartość energetyczna: 2352.71 kcal; Białko ogółem: 97.89 g; Tłuszcz: 64.12 g; Kw. tł. nasy.: 34.29 g; Węglowodany ogółem: 350.29 g; W tym cukry: 78.64 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sól: 6.25 g;		Wartość energetyczna: 2226.44 kcal; Białko ogółem: 98.42 g; Tłuszcz: 64.76 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 324.09 g; W tym cukry: 71.71 g; Błonnik pok.: 36.53 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 2230.18 kcal; Białko ogółem: 97.54 g; Tłuszcz: 69.47 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 314.16 g; W tym cukry: 59.65 g; Błonnik pok.: 35.18 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2271.25 kcal; Białko ogółem: 93.02 g; Tłuszcz: 61.24 g; Kw. tł. nasy.: 33.59 g; Węglowodany ogółem: 340.51 g; W tym cukry: 65.22 g; Błonnik pok.: 23.37 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 1591.75 kcal; Białko ogółem: 78.08 g; Tłuszcz: 42.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 230.72 g; W tym cukry: 30.63 g; Błonnik pok.: 28.16 g; Sól: 6.15 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-21 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Twarożek 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryż na sypko 200 g Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 100 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 100 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 100 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)				Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2991.98 kcal; Białko ogółem: 119.62 g; Tłuszcz: 108.32 g; Kw. tł. nasy.: 51.77 g; Węglowodany ogółem: 393.56 g; W tym cukry: 82.24 g; Błonnik pok.: 32.26 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2883.10 kcal; Białko ogółem: 122.63 g; Tłuszcz: 98.31 g; Kw. tł. nasy.: 42.79 g; Węglowodany ogółem: 386.02 g; W tym cukry: 81.33 g; Błonnik pok.: 22.80 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2856.79 kcal; Białko ogółem: 122.79 g; Tłuszcz: 88.53 g; Kw. tł. nasy.: 42.39 g; Węglowodany ogółem: 402.15 g; W tym cukry: 86.98 g; Błonnik pok.: 25.23 g; Sól: 7.11 g;		Wartość energetyczna: 2465.00 kcal; Białko ogółem: 117.29 g; Tłuszcz: 75.32 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 342.41 g; W tym cukry: 74.95 g; Błonnik pok.: 41.57 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2471.70 kcal; Białko ogółem: 118.98 g; Tłuszcz: 86.02 g; Kw. tł. nasy.: 42.31 g; Węglowodany ogółem: 320.72 g; W tym cukry: 71.38 g; Błonnik pok.: 40.28 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2585.56 kcal; Białko ogółem: 114.37 g; Tłuszcz: 82.24 g; Kw. tł. nasy.: 41.40 g; Węglowodany ogółem: 359.10 g; W tym cukry: 74.35 g; Błonnik pok.: 27.64 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 1929.89 kcal; Białko ogółem: 103.84 g; Tłuszcz: 62.80 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 250.55 g; W tym cukry: 46.06 g; Błonnik pok.: 35.95 g; Sól: 5.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-22 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok marchwiowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok marchwiowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2389.19 kcal; Białko ogółem: 99.00 g; Tłuszcz: 79.27 g; Kw. tł. nasy.: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 330.83 g; W tym cukry: 63.78 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 9.64 g;	Wartość energetyczna: 2312.54 kcal; Białko ogółem: 95.69 g; Tłuszcz: 68.33 g; Kw. tł. nasy.: 34.80 g; Węglowodany ogółem: 339.28 g; W tym cukry: 70.50 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2374.73 kcal; Białko ogółem: 91.86 g; Tłuszcz: 71.86 g; Kw. tł. nasy.: 35.23 g; Węglowodany ogółem: 348.26 g; W tym cukry: 100.19 g; Błonnik pok.: 25.80 g; Sól: 8.74 g;		Wartość energetyczna: 2199.37 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 64.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 320.61 g; W tym cukry: 68.90 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 2291.37 kcal; Białko ogółem: 96.74 g; Tłuszcz: 80.60 g; Kw. tł. nasy.: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 310.46 g; W tym cukry: 64.75 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sól: 10.11 g;	Wartość energetyczna: 2320.91 kcal; Białko ogółem: 89.68 g; Tłuszcz: 69.91 g; Kw. tł. nasy.: 34.79 g; Węglowodany ogółem: 343.40 g; W tym cukry: 78.58 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sól: 9.86 g;	Wartość energetyczna: 1687.72 kcal; Białko ogółem: 81.95 g; Tłuszcz: 45.25 g; Kw. tł. nasy.: 18.90 g; Węglowodany ogółem: 251.91 g; W tym cukry: 34.27 g; Błonnik pok.: 28.89 g; Sól: 7.85 g;

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-23 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Ser topiony 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka () 100 g (***GOR,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka () 100 g (***GOR,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)			Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2652.34 kcal; Białko ogółem: 101.67 g; Tłuszcz: 101.24 g; Kw. tł. nasy.: 49.32 g; Węglowodany ogółem: 349.76 g; W tym cukry: 78.52 g; Błonnik pok.: 34.92 g; Sól: 10.62 g;	Wartość energetyczna: 2575.19 kcal; Białko ogółem: 106.39 g; Tłuszcz: 91.43 g; Kw. tł. nasy.: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 345.83 g; W tym cukry: 74.79 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 2606.37 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 91.20 g; Kw. tł. nasy.: 40.08 g; Węglowodany ogółem: 352.09 g; W tym cukry: 82.09 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.16 g;		Wartość energetyczna: 2408.14 kcal; Białko ogółem: 100.73 g; Tłuszcz: 86.87 g; Kw. tł. nasy.: 35.80 g; Węglowodany ogółem: 324.51 g; W tym cukry: 77.58 g; Błonnik pok.: 38.78 g; Sól: 10.28 g;	Wartość energetyczna: 2361.62 kcal; Białko ogółem: 105.76 g; Tłuszcz: 82.86 g; Kw. tł. nasy.: 39.75 g; Węglowodany ogółem: 314.75 g; W tym cukry: 66.81 g; Błonnik pok.: 36.95 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2505.99 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz: 86.72 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 342.46 g; W tym cukry: 72.52 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 1810.31 kcal; Białko ogółem: 90.39 g; Tłuszcz: 58.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.82 g; Węglowodany ogółem: 245.61 g; W tym cukry: 39.60 g; Błonnik pok.: 32.37 g; Sól: 7.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-24 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 72% 20 g Twarożek 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Dżem jagodowy 25g 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2647.58 kcal; Białko ogółem: 104.99 g; Tłuszcz: 84.70 g; Kw. tł. nasy.: 37.80 g; Węglowodany ogółem: 378.94 g; W tym cukry: 126.58 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 6.28 g;	Wartość energetyczna: 2676.52 kcal; Białko ogółem: 101.28 g; Tłuszcz: 90.51 g; Kw. tł. nasy.: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 377.86 g; W tym cukry: 125.39 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2720.26 kcal; Białko ogółem: 110.21 g; Tłuszcz: 90.02 g; Kw. tł. nasy.: 39.02 g; Węglowodany ogółem: 381.12 g; W tym cukry: 127.49 g; Błonnik pok.: 30.24 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2492.27 kcal; Białko ogółem: 103.70 g; Tłuszcz: 80.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 353.65 g; W tym cukry: 123.10 g; Błonnik pok.: 33.42 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 2430.50 kcal; Białko ogółem: 108.88 g; Tłuszcz: 98.58 g; Kw. tł. nasy.: 46.08 g; Węglowodany ogółem: 295.99 g; W tym cukry: 70.37 g; Błonnik pok.: 35.77 g; Sól: 7.90 g;	Wartość energetyczna: 2578.10 kcal; Białko ogółem: 119.66 g; Tłuszcz: 92.66 g; Kw. tł. nasy.: 41.60 g; Węglowodany ogółem: 330.65 g; W tym cukry: 80.29 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 9.53 g;	Wartość energetyczna: 1918.87 kcal; Białko ogółem: 92.85 g; Tłuszcz: 73.44 g; Kw. tł. nasy.: 30.42 g; Węglowodany ogółem: 238.43 g; W tym cukry: 44.03 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 6.66 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-25 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 200 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g			Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2721.64 kcal; Białko ogółem: 111.52 g; Tłuszcz: 93.99 g; Kw. tł. nasy.: 40.70 g; Węglowodany ogółem: 373.31 g; W tym cukry: 76.21 g; Błonnik pok.: 34.02 g; Sól: 9.40 g;	Wartość energetyczna: 2564.76 kcal; Białko ogółem: 113.09 g; Tłuszcz: 79.62 g; Kw. tł. nasy.: 39.44 g; Węglowodany ogółem: 360.64 g; W tym cukry: 76.66 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2603.33 kcal; Białko ogółem: 114.57 g; Tłuszcz: 79.40 g; Kw. tł. nasy.: 39.39 g; Węglowodany ogółem: 367.19 g; W tym cukry: 73.95 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.65 g;		Wartość energetyczna: 2528.33 kcal; Białko ogółem: 112.10 g; Tłuszcz: 84.52 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 347.36 g; W tym cukry: 73.77 g; Błonnik pok.: 36.27 g; Sól: 9.05 g;	Wartość energetyczna: 2556.38 kcal; Białko ogółem: 109.01 g; Tłuszcz: 90.60 g; Kw. tł. nasy.: 41.15 g; Węglowodany ogółem: 343.37 g; W tym cukry: 75.71 g; Błonnik pok.: 35.10 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2519.36 kcal; Białko ogółem: 107.47 g; Tłuszcz: 75.81 g; Kw. tł. nasy.: 38.67 g; Węglowodany ogółem: 361.31 g; W tym cukry: 72.51 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 1947.44 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 64.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; Węglowodany ogółem: 263.01 g; W tym cukry: 38.90 g; Błonnik pok.: 32.09 g; Sól: 7.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-26 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml		
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2495.56 kcal; Białko ogółem: 123.48 g; Tłuszcz: 105.76 g; Kw. tł. nasy.: 47.98 g; Węglowodany ogółem: 276.55 g; W tym cukry: 55.92 g; Błonnik pok.: 24.78 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2406.76 kcal; Białko ogółem: 119.27 g; Tłuszcz: 88.73 g; Kw. tł. nasy.: 39.19 g; Węglowodany ogółem: 293.96 g; W tym cukry: 65.51 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2356.87 kcal; Białko ogółem: 112.86 g; Tłuszcz: 85.10 g; Kw. tł. nasy.: 38.08 g; Węglowodany ogółem: 296.14 g; W tym cukry: 67.64 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 2312.97 kcal; Białko ogółem: 124.23 g; Tłuszcz: 97.63 g; Kw. tł. nasy.: 37.65 g; Węglowodany ogółem: 250.92 g; W tym cukry: 53.78 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2474.52 kcal; Białko ogółem: 136.66 g; Tłuszcz: 106.61 g; Kw. tł. nasy.: 51.12 g; Węglowodany ogółem: 258.12 g; W tym cukry: 45.21 g; Błonnik pok.: 29.96 g; Sól: 8.01 g;	Wartość energetyczna: 2459.51 kcal; Białko ogółem: 127.85 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw. tł. nasy.: 42.55 g; Węglowodany ogółem: 293.33 g; W tym cukry: 58.69 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 1956.20 kcal; Białko ogółem: 122.23 g; Tłuszcz: 70.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 222.30 g; W tym cukry: 39.05 g; Błonnik pok.: 26.81 g; Sól: 5.82 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-27 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 200 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2457.70 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 82.16 g; Kw. tł. nasy.: 42.66 g; Węglowodany ogółem: 344.09 g; W tym cukry: 70.69 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2358.50 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 346.21 g; W tym cukry: 72.35 g; Błonnik pok.: 19.24 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2401.28 kcal; Białko ogółem: 84.86 g; Tłuszcz: 70.71 g; Kw. tł. nasy.: 37.81 g; Węglowodany ogółem: 363.45 g; W tym cukry: 88.67 g; Błonnik pok.: 18.77 g; Sól: 6.02 g;		Wartość energetyczna: 2276.50 kcal; Białko ogółem: 92.21 g; Tłuszcz: 74.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 318.89 g; W tym cukry: 69.80 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2267.91 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz: 77.69 g; Kw. tł. nasy.: 41.73 g; Węglowodany ogółem: 313.98 g; W tym cukry: 67.76 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2307.49 kcal; Białko ogółem: 77.07 g; Tłuszcz: 66.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 358.68 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 19.11 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 1608.92 kcal; Białko ogółem: 72.53 g; Tłuszcz: 49.40 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 226.47 g; W tym cukry: 30.40 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 6.56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-28 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z makreli wędzonej z warzywami *() 100 g (***RYB, SEL,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 100 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z makreli wędzonej z warzywami *() 100 g (***RYB, SEL,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z makreli wędzonej z warzywami *() 100 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 100 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2733.40 kcal; Białko ogółem: 111.93 g; Tłuszcz: 96.23 g; Kw. tł. nasy.: 40.83 g; Węglowodany ogółem: 370.64 g; W tym cukry: 60.76 g; Błonnik pok.: 38.54 g; Sól: 9.81 g;	Wartość energetyczna: 2466.19 kcal; Białko ogółem: 105.23 g; Tłuszcz: 74.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.69 g; Węglowodany ogółem: 357.37 g; W tym cukry: 71.84 g; Błonnik pok.: 35.48 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2439.77 kcal; Białko ogółem: 99.27 g; Tłuszcz: 69.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.94 g; Węglowodany ogółem: 367.73 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 34.85 g; Sól: 9.30 g;		Wartość energetyczna: 2557.36 kcal; Białko ogółem: 110.91 g; Tłuszcz: 89.20 g; Kw. tł. nasy.: 29.51 g; Węglowodany ogółem: 347.02 g; W tym cukry: 62.63 g; Błonnik pok.: 43.83 g; Sól: 9.72 g;	Wartość energetyczna: 2429.59 kcal; Białko ogółem: 100.81 g; Tłuszcz: 89.05 g; Kw. tł. nasy.: 38.31 g; Węglowodany ogółem: 323.50 g; W tym cukry: 57.79 g; Błonnik pok.: 40.14 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2334.96 kcal; Białko ogółem: 92.42 g; Tłuszcz: 65.92 g; Kw. tł. nasy.: 33.79 g; Węglowodany ogółem: 357.41 g; W tym cukry: 57.55 g; Błonnik pok.: 36.46 g; Sól: 10.48 g;	Wartość energetyczna: 1741.66 kcal; Białko ogółem: 89.33 g; Tłuszcz: 48.13 g; Kw. tł. nasy.: 19.64 g; Węglowodany ogółem: 253.52 g; W tym cukry: 31.89 g; Błonnik pok.: 36.95 g; Sól: 6.00 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-29 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)				Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2592.93 kcal; Białko ogółem: 109.88 g; Tłuszcz: 93.10 g; Kw. tł. nasy.: 45.52 g; Węglowodany ogółem: 339.96 g; W tym cukry: 91.64 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 2520.90 kcal; Białko ogółem: 109.95 g; Tłuszcz: 85.64 g; Kw. tł. nasy.: 45.19 g; Węglowodany ogółem: 333.05 g; W tym cukry: 86.41 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2550.08 kcal; Białko ogółem: 96.40 g; Tłuszcz: 82.24 g; Kw. tł. nasy.: 41.88 g; Węglowodany ogółem: 363.48 g; W tym cukry: 98.15 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.62 g;		Wartość energetyczna: 2326.44 kcal; Białko ogółem: 105.01 g; Tłuszcz: 75.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.79 g; Węglowodany ogółem: 317.80 g; W tym cukry: 79.81 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2362.12 kcal; Białko ogółem: 116.58 g; Tłuszcz: 83.61 g; Kw. tł. nasy.: 40.84 g; Węglowodany ogółem: 297.08 g; W tym cukry: 65.52 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2497.85 kcal; Białko ogółem: 100.71 g; Tłuszcz: 76.48 g; Kw. tł. nasy.: 37.55 g; Węglowodany ogółem: 359.49 g; W tym cukry: 84.94 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 1775.00 kcal; Białko ogółem: 102.23 g; Tłuszcz: 59.94 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; Węglowodany ogółem: 216.47 g; W tym cukry: 29.01 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 7.04 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-30 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g			Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2656.14 kcal; Białko ogółem: 96.27 g; Tłuszcz: 94.72 g; Kw. tł. nasy.: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 366.70 g; W tym cukry: 83.58 g; Błonnik pok.: 34.62 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2515.94 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz: 79.44 g; Kw. tł. nasy.: 37.90 g; Węglowodany ogółem: 361.49 g; W tym cukry: 79.54 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2546.64 kcal; Białko ogółem: 101.29 g; Tłuszcz: 79.21 g; Kw. tł. nasy.: 37.85 g; Węglowodany ogółem: 367.66 g; W tym cukry: 86.80 g; Błonnik pok.: 26.58 g; Sól: 6.88 g;		Wartość energetyczna: 2459.06 kcal; Białko ogółem: 96.40 g; Tłuszcz: 82.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.75 g; Węglowodany ogółem: 343.35 g; W tym cukry: 83.40 g; Błonnik pok.: 41.62 g; Sól: 6.99 g;	Wartość energetyczna: 2468.44 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 91.36 g; Kw. tł. nasy.: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 314.52 g; W tym cukry: 53.27 g; Błonnik pok.: 45.03 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2470.82 kcal; Białko ogółem: 105.63 g; Tłuszcz: 80.45 g; Kw. tł. nasy.: 39.62 g; Węglowodany ogółem: 338.97 g; W tym cukry: 55.30 g; Błonnik pok.: 30.67 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 1883.11 kcal; Białko ogółem: 81.68 g; Tłuszcz: 62.82 g; Kw. tł. nasy.: 20.73 g; Węglowodany ogółem: 254.20 g; W tym cukry: 30.77 g; Błonnik pok.: 40.24 g; Sól: 5.96 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-31 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Mandarynka 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)			Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 200 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2829.88 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz: 106.46 g; Kw. tł. nasy.: 41.54 g; Węglowodany ogółem: 371.30 g; W tym cukry: 83.12 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 2703.77 kcal; Białko ogółem: 105.55 g; Tłuszcz: 88.76 g; Kw. tł. nasy.: 40.43 g; Węglowodany ogółem: 380.33 g; W tym cukry: 92.97 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 6.09 g;	Wartość energetyczna: 2807.00 kcal; Białko ogółem: 113.96 g; Tłuszcz: 95.24 g; Kw. tł. nasy.: 42.37 g; Węglowodany ogółem: 383.41 g; W tym cukry: 95.12 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 7.27 g;		Wartość energetyczna: 2529.22 kcal; Białko ogółem: 122.32 g; Tłuszcz: 93.77 g; Kw. tł. nasy.: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 312.13 g; W tym cukry: 85.79 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2465.20 kcal; Białko ogółem: 119.04 g; Tłuszcz: 95.17 g; Kw. tł. nasy.: 39.97 g; Węglowodany ogółem: 298.36 g; W tym cukry: 75.43 g; Błonnik pok.: 32.19 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2620.67 kcal; Białko ogółem: 122.48 g; Tłuszcz: 92.81 g; Kw. tł. nasy.: 41.63 g; Węglowodany ogółem: 336.38 g; W tym cukry: 80.59 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 1918.95 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 71.95 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; Węglowodany ogółem: 225.60 g; W tym cukry: 39.30 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 6.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-01 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***)
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2822.19 kcal; Białko ogółem: 112.02 g; Tłuszcz: 106.03 g; Kw. tł. nasy.: 42.67 g; Węglowodany ogółem: 366.32 g; W tym cukry: 81.79 g; Błonnik pok.: 30.81 g; Sól: 11.75 g;	Wartość energetyczna: 2529.03 kcal; Białko ogółem: 102.12 g; Tłuszcz: 78.74 g; Kw. tł. nasy.: 34.72 g; Węglowodany ogółem: 366.33 g; W tym cukry: 79.78 g; Błonnik pok.: 28.85 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2528.61 kcal; Białko ogółem: 102.48 g; Tłuszcz: 68.45 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 387.19 g; W tym cukry: 101.25 g; Błonnik pok.: 27.23 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 2393.83 kcal; Białko ogółem: 102.95 g; Tłuszcz: 82.47 g; Kw. tł. nasy.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 326.78 g; W tym cukry: 76.26 g; Błonnik pok.: 33.90 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2404.59 kcal; Białko ogółem: 108.32 g; Tłuszcz: 90.19 g; Kw. tł. nasy.: 36.37 g; Węglowodany ogółem: 305.43 g; W tym cukry: 57.50 g; Błonnik pok.: 32.51 g; Sól: 8.93 g;	Wartość energetyczna: 2422.17 kcal; Białko ogółem: 105.26 g; Tłuszcz: 68.58 g; Kw. tł. nasy.: 34.90 g; Węglowodany ogółem: 356.58 g; W tym cukry: 71.13 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 1853.89 kcal; Białko ogółem: 86.55 g; Tłuszcz: 62.71 g; Kw. tł. nasy.: 19.02 g; Węglowodany ogółem: 249.75 g; W tym cukry: 39.77 g; Błonnik pok.: 28.69 g; Sól: 7.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-02 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mus mango,banan,jabłko,ananas,dynia,marchew 100g 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2282.42 kcal; Białko ogółem: 91.42 g; Tłuszcz: 86.82 g; Kw. tł. nasy.: 40.16 g; Węglowodany ogółem: 297.34 g; W tym cukry: 54.40 g; Błonnik pok.: 26.73 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 1930.77 kcal; Białko ogółem: 100.57 g; Tłuszcz: 55.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 262.14 g; W tym cukry: 38.09 g; Błonnik pok.: 16.09 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2044.11 kcal; Białko ogółem: 97.14 g; Tłuszcz: 59.37 g; Kw. tł. nasy.: 30.35 g; Węglowodany ogółem: 294.07 g; W tym cukry: 51.70 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sól: 7.34 g;		Wartość energetyczna: 1860.72 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz: 53.60 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 258.94 g; W tym cukry: 53.56 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 2187.92 kcal; Białko ogółem: 114.39 g; Tłuszcz: 75.78 g; Kw. tł. nasy.: 43.31 g; Węglowodany ogółem: 273.29 g; W tym cukry: 51.08 g; Błonnik pok.: 28.59 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2221.86 kcal; Białko ogółem: 106.18 g; Tłuszcz: 64.00 g; Kw. tł. nasy.: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 317.01 g; W tym cukry: 54.95 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 1643.04 kcal; Białko ogółem: 99.33 g; Tłuszcz: 38.93 g; Kw. tł. nasy.: 17.78 g; Węglowodany ogółem: 233.01 g; W tym cukry: 39.69 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 5.28 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-20 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 150 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 300 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)			Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2421.59 kcal; Białko ogółem: 108.58 g; Tłuszcz: 74.68 g; Kw. tł. nasy.: 38.80 g; Węglowodany ogółem: 337.19 g; W tym cukry: 75.81 g; Błonnik pok.: 22.15 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2010.83 kcal; Białko ogółem: 61.16 g; Tłuszcz: 60.27 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 313.49 g; W tym cukry: 47.19 g; Błonnik pok.: 20.02 g; Sól: 4.34 g;	Wartość energetyczna: 2074.23 kcal; Białko ogółem: 62.41 g; Tłuszcz: 67.42 g; Kw. tł. nasy.: 32.42 g; Węglowodany ogółem: 309.04 g; W tym cukry: 66.44 g; Błonnik pok.: 14.28 g; Sól: 2.84 g;	Wartość energetyczna: 2670.14 kcal; Białko ogółem: 94.89 g; Tłuszcz: 97.05 g; Kw. tł. nasy.: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 361.51 g; W tym cukry: 70.45 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2464.41 kcal; Białko ogółem: 103.95 g; Tłuszcz: 63.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 374.09 g; W tym cukry: 82.85 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2439.11 kcal; Białko ogółem: 119.30 g; Tłuszcz: 116.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 240.21 g; W tym cukry: 113.92 g; Błonnik pok.: 23.73 g; Sól: 4.93 g;	Wartość energetyczna: 2439.41 kcal; Białko ogółem: 79.51 g; Tłuszcz: 66.77 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 388.14 g; W tym cukry: 83.10 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 7.96 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-21 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Bitka z szynki wieprzowej 150 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Bitka z szynki wieprzowej 50 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz sojowy z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 60 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 3144.02 kcal; Białko ogółem: 152.96 g; Tłuszcz: 110.86 g; Kw. tł. nasy.: 46.40 g; Węglowodany ogółem: 393.11 g; W tym cukry: 84.29 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2224.54 kcal; Białko ogółem: 66.05 g; Tłuszcz: 76.42 g; Kw. tł. nasy.: 34.89 g; Węglowodany ogółem: 328.22 g; W tym cukry: 44.31 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 4.80 g;	Wartość energetyczna: 2510.94 kcal; Białko ogółem: 96.86 g; Tłuszcz: 94.80 g; Kw. tł. nasy.: 39.73 g; Węglowodany ogółem: 321.51 g; W tym cukry: 71.65 g; Błonnik pok.: 17.78 g; Sól: 4.21 g;	Wartość energetyczna: 2821.88 kcal; Białko ogółem: 109.04 g; Tłuszcz: 91.49 g; Kw. tł. nasy.: 47.64 g; Węglowodany ogółem: 394.63 g; W tym cukry: 79.45 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 3080.79 kcal; Białko ogółem: 133.64 g; Tłuszcz: 88.72 g; Kw. tł. nasy.: 43.87 g; Węglowodany ogółem: 450.91 g; W tym cukry: 92.15 g; Błonnik pok.: 31.55 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2449.29 kcal; Białko ogółem: 127.22 g; Tłuszcz: 122.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.06 g; Węglowodany ogółem: 219.12 g; W tym cukry: 103.85 g; Błonnik pok.: 19.71 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2999.14 kcal; Białko ogółem: 130.38 g; Tłuszcz: 102.91 g; Kw. tł. nasy.: 54.36 g; Węglowodany ogółem: 399.19 g; W tym cukry: 82.68 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 8.16 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-22 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Pulpet drobiowy 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 150 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 50 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2518.79 kcal; Białko ogółem: 116.28 g; Tłuszcz: 75.23 g; Kw. tł. nasy.: 36.28 g; Węglowodany ogółem: 355.54 g; W tym cukry: 72.92 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 1939.00 kcal; Białko ogółem: 58.87 g; Tłuszcz: 59.90 g; Kw. tł. nasy.: 33.22 g; Węglowodany ogółem: 302.69 g; W tym cukry: 44.87 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 5.93 g;	Wartość energetyczna: 2140.32 kcal; Białko ogółem: 78.89 g; Tłuszcz: 69.56 g; Kw. tł. nasy.: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 306.65 g; W tym cukry: 64.92 g; Błonnik pok.: 19.44 g; Sól: 4.21 g;	Wartość energetyczna: 2437.93 kcal; Białko ogółem: 98.97 g; Tłuszcz: 89.79 g; Kw. tł. nasy.: 47.95 g; Węglowodany ogółem: 318.86 g; W tym cukry: 74.03 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2469.18 kcal; Białko ogółem: 96.15 g; Tłuszcz: 68.07 g; Kw. tł. nasy.: 33.18 g; Węglowodany ogółem: 377.41 g; W tym cukry: 106.56 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2454.48 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 116.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 235.04 g; W tym cukry: 90.42 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2558.16 kcal; Białko ogółem: 101.63 g; Tłuszcz: 76.24 g; Kw. tł. nasy.: 39.42 g; Węglowodany ogółem: 373.61 g; W tym cukry: 85.49 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 8.99 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-23 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 75 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 25 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***ŚEL,***)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2774.14 kcal; Białko ogółem: 132.43 g; Tłuszcz: 97.66 g; Kw. tł. nasy.: 42.84 g; Węglowodany ogółem: 352.98 g; W tym cukry: 69.05 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 7.90 g;	Wartość energetyczna: 2229.76 kcal; Białko ogółem: 67.07 g; Tłuszcz: 74.60 g; Kw. tł. nasy.: 35.44 g; Węglowodany ogółem: 333.43 g; W tym cukry: 43.15 g; Błonnik pok.: 27.08 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2420.99 kcal; Białko ogółem: 87.75 g; Tłuszcz: 91.54 g; Kw. tł. nasy.: 36.99 g; Węglowodany ogółem: 319.21 g; W tym cukry: 65.74 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sól: 4.01 g;	Wartość energetyczna: 2697.95 kcal; Białko ogółem: 92.36 g; Tłuszcz: 109.54 g; Kw. tł. nasy.: 46.31 g; Węglowodany ogółem: 341.04 g; W tym cukry: 74.40 g; Błonnik pok.: 35.93 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2718.07 kcal; Białko ogółem: 112.69 g; Tłuszcz: 90.86 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 375.89 g; W tym cukry: 86.30 g; Błonnik pok.: 31.93 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 124.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 217.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2929.42 kcal; Białko ogółem: 115.66 g; Tłuszcz: 112.61 g; Kw. tł. nasy.: 50.20 g; Węglowodany ogółem: 376.65 g; W tym cukry: 81.41 g; Błonnik pok.: 33.92 g; Sól: 9.51 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-24 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 75 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 3 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza gryczana na mleku 400 g (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 150 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk)(bez glutenu) 100 g (***JAJ, RYB,***) Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos pieczarkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 150 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 50 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2921.81 kcal; Białko ogółem: 125.99 g; Tłuszcz: 104.25 g; Kw. tł. nasy.: 41.62 g; Węglowodany ogółem: 383.48 g; W tym cukry: 126.87 g; Błonnik pok.: 29.97 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2300.40 kcal; Białko ogółem: 56.31 g; Tłuszcz: 74.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 366.99 g; W tym cukry: 115.10 g; Błonnik pok.: 31.03 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2418.78 kcal; Białko ogółem: 66.82 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw. tł. nasy.: 34.92 g; Węglowodany ogółem: 343.72 g; W tym cukry: 116.80 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 3.86 g;	Wartość energetyczna: 2893.18 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 108.40 g; Kw. tł. nasy.: 39.46 g; Węglowodany ogółem: 393.60 g; W tym cukry: 128.51 g; Błonnik pok.: 28.35 g; Sól: 5.46 g;	Wartość energetyczna: 2858.09 kcal; Białko ogółem: 118.05 g; Tłuszcz: 90.04 g; Kw. tł. nasy.: 38.64 g; Węglowodany ogółem: 410.41 g; W tym cukry: 133.01 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2494.93 kcal; Białko ogółem: 124.95 g; Tłuszcz: 116.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 246.57 g; W tym cukry: 106.51 g; Błonnik pok.: 17.48 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 2785.19 kcal; Białko ogółem: 123.77 g; Tłuszcz: 100.99 g; Kw. tł. nasy.: 47.45 g; Węglowodany ogółem: 361.77 g; W tym cukry: 86.24 g; Błonnik pok.: 32.63 g; Sól: 10.09 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-25 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 150 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Bitka wołowa 50 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (***SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wołowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 150 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2784.20 kcal; Białko ogółem: 139.95 g; Tłuszcz: 89.84 g; Kw. tł. nasy.: 41.51 g; Węglowodany ogółem: 365.70 g; W tym cukry: 76.67 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 2035.32 kcal; Białko ogółem: 62.46 g; Tłuszcz: 59.84 g; Kw. tł. nasy.: 32.66 g; Węglowodany ogółem: 323.17 g; W tym cukry: 43.77 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 5.74 g;	Wartość energetyczna: 2415.99 kcal; Białko ogółem: 89.43 g; Tłuszcz: 84.99 g; Kw. tł. nasy.: 36.89 g; Węglowodany ogółem: 330.11 g; W tym cukry: 67.31 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 4.73 g;	Wartość energetyczna: 2679.90 kcal; Białko ogółem: 84.03 g; Tłuszcz: 99.70 g; Kw. tł. nasy.: 45.59 g; Węglowodany ogółem: 377.22 g; W tym cukry: 81.51 g; Błonnik pok.: 34.77 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 2767.63 kcal; Białko ogółem: 120.96 g; Tłuszcz: 78.77 g; Kw. tł. nasy.: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 406.26 g; W tym cukry: 78.15 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sól: 7.13 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2447.98 kcal; Białko ogółem: 123.40 g; Tłuszcz: 122.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 223.32 g; W tym cukry: 100.45 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2863.25 kcal; Białko ogółem: 114.30 g; Tłuszcz: 94.59 g; Kw. tł. nasy.: 50.95 g; Węglowodany ogółem: 399.59 g; W tym cukry: 89.65 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 10.15 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-26 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 150 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Budyń z udźca kurczaka 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet z jaj 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Budyń z udźca kurczaka 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2492.37 kcal; Białko ogółem: 129.34 g; Tłuszcz: 90.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.31 g; Węglowodany ogółem: 301.26 g; W tym cukry: 66.72 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2030.06 kcal; Białko ogółem: 63.21 g; Tłuszcz: 62.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 315.61 g; W tym cukry: 57.61 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2256.00 kcal; Białko ogółem: 98.18 g; Tłuszcz: 90.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.22 g; Węglowodany ogółem: 269.21 g; W tym cukry: 56.81 g; Błonnik pok.: 17.26 g; Sól: 3.58 g;	Wartość energetyczna: 2494.12 kcal; Białko ogółem: 71.59 g; Tłuszcz: 102.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 329.56 g; W tym cukry: 68.45 g; Błonnik pok.: 24.49 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2553.82 kcal; Białko ogółem: 107.93 g; Tłuszcz: 70.50 g; Kw. tł. nasy.: 35.39 g; Węglowodany ogółem: 384.84 g; W tym cukry: 89.18 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2629.05 kcal; Białko ogółem: 139.88 g; Tłuszcz: 106.65 g; Kw. tł. nasy.: 48.64 g; Węglowodany ogółem: 291.30 g; W tym cukry: 47.45 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sól: 9.77 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-27 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 75 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 25 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 150 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 50 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - wielowarzywna z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2487.16 kcal; Białko ogółem: 104.52 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kw. tł. nasy.: 42.90 g; Węglowodany ogółem: 352.18 g; W tym cukry: 76.15 g; Błonnik pok.: 19.26 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2034.26 kcal; Białko ogółem: 53.72 g; Tłuszcz: 61.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.10 g; Węglowodany ogółem: 323.26 g; W tym cukry: 42.69 g; Błonnik pok.: 19.87 g; Sól: 4.55 g;	Wartość energetyczna: 2227.66 kcal; Białko ogółem: 67.90 g; Tłuszcz: 73.55 g; Kw. tł. nasy.: 37.36 g; Węglowodany ogółem: 325.52 g; W tym cukry: 66.08 g; Błonnik pok.: 14.69 g; Sól: 3.35 g;	Wartość energetyczna: 2396.30 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 81.20 g; Kw. tł. nasy.: 44.84 g; Węglowodany ogółem: 342.07 g; W tym cukry: 67.07 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2453.47 kcal; Białko ogółem: 89.42 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kw. tł. nasy.: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 376.95 g; W tym cukry: 91.74 g; Błonnik pok.: 19.58 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2534.01 kcal; Białko ogółem: 130.40 g; Tłuszcz: 125.65 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 231.08 g; W tym cukry: 104.10 g; Błonnik pok.: 22.04 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 2730.90 kcal; Białko ogółem: 85.59 g; Tłuszcz: 92.06 g; Kw. tł. nasy.: 49.42 g; Węglowodany ogółem: 399.40 g; W tym cukry: 98.19 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 7.94 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-28 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 75 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 25 g Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jaglana na sypko 200 g Zrazik wołowy mielony (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz z soczewicy i papryki () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 150 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 50 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 100 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2675.70 kcal; Białko ogółem: 129.81 g; Tłuszcz: 83.08 g; Kw. tł. nasy.: 36.55 g; Węglowodany ogółem: 367.59 g; W tym cukry: 73.34 g; Błonnik pok.: 37.15 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2111.23 kcal; Białko ogółem: 63.69 g; Tłuszcz: 65.96 g; Kw. tł. nasy.: 32.79 g; Węglowodany ogółem: 329.00 g; W tym cukry: 53.90 g; Błonnik pok.: 35.82 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2257.89 kcal; Białko ogółem: 85.71 g; Tłuszcz: 75.66 g; Kw. tł. nasy.: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 316.65 g; W tym cukry: 62.68 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 3.84 g;	Wartość energetyczna: 2449.20 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 372.43 g; W tym cukry: 68.37 g; Błonnik pok.: 36.40 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2695.97 kcal; Białko ogółem: 109.18 g; Tłuszcz: 75.19 g; Kw. tł. nasy.: 34.91 g; Węglowodany ogółem: 411.93 g; W tym cukry: 72.96 g; Błonnik pok.: 38.18 g; Sól: 9.02 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2373.20 kcal; Białko ogółem: 122.23 g; Tłuszcz: 114.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 220.37 g; W tym cukry: 95.01 g; Błonnik pok.: 21.86 g; Sól: 4.05 g;	Wartość energetyczna: 2794.72 kcal; Białko ogółem: 120.08 g; Tłuszcz: 82.91 g; Kw. tł. nasy.: 37.28 g; Węglowodany ogółem: 409.71 g; W tym cukry: 64.77 g; Błonnik pok.: 42.53 g; Sól: 9.24 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-29 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 150 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 230 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Klopsik drobiowy z udźca 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 350 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2863.70 kcal; Białko ogółem: 144.94 g; Tłuszcz: 104.71 g; Kw. tł. nasy.: 51.92 g; Węglowodany ogółem: 340.85 g; W tym cukry: 93.41 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 1950.78 kcal; Białko ogółem: 56.27 g; Tłuszcz: 56.01 g; Kw. tł. nasy.: 30.91 g; Węglowodany ogółem: 311.38 g; W tym cukry: 46.82 g; Błonnik pok.: 21.88 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 2392.41 kcal; Białko ogółem: 91.22 g; Tłuszcz: 88.69 g; Kw. tł. nasy.: 42.49 g; Węglowodany ogółem: 308.71 g; W tym cukry: 82.51 g; Błonnik pok.: 17.90 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 2394.72 kcal; Białko ogółem: 81.99 g; Tłuszcz: 88.64 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 322.38 g; W tym cukry: 100.24 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2659.48 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 82.07 g; Kw. tł. nasy.: 41.47 g; Węglowodany ogółem: 385.42 g; W tym cukry: 102.42 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2522.56 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 121.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 237.97 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 4.07 g;	Wartość energetyczna: 3005.73 kcal; Białko ogółem: 122.95 g; Tłuszcz: 115.23 g; Kw. tł. nasy.: 53.76 g; Węglowodany ogółem: 375.76 g; W tym cukry: 92.10 g; Błonnik pok.: 21.58 g; Sól: 10.53 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-30 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 75 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 300 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g (***SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemn () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 150 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2692.87 kcal; Białko ogółem: 119.68 g; Tłuszcz: 88.37 g; Kw. tł. nasy.: 40.73 g; Węglowodany ogółem: 367.36 g; W tym cukry: 82.19 g; Błonnik pok.: 27.08 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2206.27 kcal; Białko ogółem: 68.34 g; Tłuszcz: 70.98 g; Kw. tł. nasy.: 35.19 g; Węglowodany ogółem: 336.57 g; W tym cukry: 53.44 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sól: 5.44 g;	Wartość energetyczna: 2292.14 kcal; Białko ogółem: 77.62 g; Tłuszcz: 80.54 g; Kw. tł. nasy.: 34.40 g; Węglowodany ogółem: 321.68 g; W tym cukry: 73.28 g; Błonnik pok.: 20.13 g; Sól: 3.37 g;	Wartość energetyczna: 2687.29 kcal; Białko ogółem: 85.16 g; Tłuszcz: 95.99 g; Kw. tł. nasy.: 42.96 g; Węglowodany ogółem: 380.70 g; W tym cukry: 88.77 g; Błonnik pok.: 31.44 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2677.99 kcal; Białko ogółem: 107.17 g; Tłuszcz: 78.84 g; Kw. tł. nasy.: 37.42 g; Węglowodany ogółem: 396.38 g; W tym cukry: 90.39 g; Błonnik pok.: 27.36 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2381.92 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 113.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 225.74 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 18.96 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2853.24 kcal; Białko ogółem: 124.72 g; Tłuszcz: 99.34 g; Kw. tł. nasy.: 48.58 g; Węglowodany ogółem: 375.51 g; W tym cukry: 60.05 g; Błonnik pok.: 31.44 g; Sól: 9.30 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-01-31 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 75 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 150 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Ryba pieczona (Morszczuk) 50 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 150 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2958.05 kcal; Białko ogółem: 139.43 g; Tłuszcz: 100.36 g; Kw. tł. nasy.: 42.76 g; Węglowodany ogółem: 383.68 g; W tym cukry: 93.50 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2334.09 kcal; Białko ogółem: 63.79 g; Tłuszcz: 73.41 g; Kw. tł. nasy.: 35.31 g; Węglowodany ogółem: 365.72 g; W tym cukry: 65.78 g; Błonnik pok.: 28.72 g; Sól: 5.22 g;	Wartość energetyczna: 2515.43 kcal; Białko ogółem: 83.34 g; Tłuszcz: 87.81 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 354.31 g; W tym cukry: 81.96 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 3.97 g;	Wartość energetyczna: 2655.96 kcal; Białko ogółem: 85.67 g; Tłuszcz: 90.23 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 383.60 g; W tym cukry: 85.39 g; Błonnik pok.: 22.92 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2961.88 kcal; Białko ogółem: 117.12 g; Tłuszcz: 95.27 g; Kw. tł. nasy.: 42.31 g; Węglowodany ogółem: 420.29 g; W tym cukry: 99.69 g; Błonnik pok.: 27.09 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2563.99 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 123.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2824.94 kcal; Białko ogółem: 123.07 g; Tłuszcz: 89.26 g; Kw. tł. nasy.: 42.61 g; Węglowodany ogółem: 394.22 g; W tym cukry: 110.32 g; Błonnik pok.: 29.24 g; Sól: 8.66 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-01 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 150 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 50 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz sojowy z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)			Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2689.98 kcal; Białko ogółem: 124.73 g; Tłuszcz: 85.50 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 369.37 g; W tym cukry: 80.06 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sól: 9.81 g;	Wartość energetyczna: 2200.30 kcal; Białko ogółem: 63.27 g; Tłuszcz: 71.02 g; Kw. tł. nasy.: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 339.84 g; W tym cukry: 54.34 g; Błonnik pok.: 28.00 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2368.70 kcal; Białko ogółem: 80.17 g; Tłuszcz: 80.67 g; Kw. tł. nasy.: 31.74 g; Węglowodany ogółem: 337.36 g; W tym cukry: 71.51 g; Błonnik pok.: 17.36 g; Sól: 4.84 g;	Wartość energetyczna: 2580.27 kcal; Białko ogółem: 104.42 g; Tłuszcz: 81.72 g; Kw. tł. nasy.: 40.25 g; Węglowodany ogółem: 363.53 g; W tym cukry: 78.97 g; Błonnik pok.: 38.00 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 2653.42 kcal; Białko ogółem: 104.49 g; Tłuszcz: 67.91 g; Kw. tł. nasy.: 33.17 g; Węglowodany ogółem: 420.38 g; W tym cukry: 106.90 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2413.59 kcal; Białko ogółem: 121.07 g; Tłuszcz: 115.98 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 230.64 g; W tym cukry: 106.37 g; Błonnik pok.: 22.01 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 2762.85 kcal; Białko ogółem: 119.71 g; Tłuszcz: 90.21 g; Kw. tł. nasy.: 44.92 g; Węglowodany ogółem: 381.34 g; W tym cukry: 98.29 g; Błonnik pok.: 30.70 g; Sól: 10.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-02 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 150 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Schab gotowany 50 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso (schab) mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 75 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus mango,banan,jabłko,ananas,dynia,marchew 100g 1 szt						Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 15 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2098.21 kcal; Białko ogółem: 129.89 g; Tłuszcz: 60.19 g; Kw. tł. nasy.: 31.39 g; Węglowodany ogółem: 263.94 g; W tym cukry: 38.09 g; Błonnik pok.: 16.09 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 1964.88 kcal; Białko ogółem: 74.07 g; Tłuszcz: 59.08 g; Kw. tł. nasy.: 33.94 g; Węglowodany ogółem: 290.17 g; W tym cukry: 38.59 g; Błonnik pok.: 18.41 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 1756.03 kcal; Białko ogółem: 79.11 g; Tłuszcz: 56.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 231.79 g; W tym cukry: 29.29 g; Błonnik pok.: 10.85 g; Sól: 2.99 g;	Wartość energetyczna: 2184.76 kcal; Białko ogółem: 74.18 g; Tłuszcz: 84.08 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 298.41 g; W tym cukry: 54.14 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sól: 5.65 g;	Wartość energetyczna: 2532.46 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz: 74.90 g; Kw. tł. nasy.: 34.12 g; Węglowodany ogółem: 368.57 g; W tym cukry: 71.67 g; Błonnik pok.: 29.91 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2480.95 kcal; Białko ogółem: 121.42 g; Tłuszcz: 114.81 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 245.65 g; W tym cukry: 104.99 g; Błonnik pok.: 15.64 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2299.09 kcal; Białko ogółem: 109.22 g; Tłuszcz: 75.99 g; Kw. tł. nasy.: 45.79 g; Węglowodany ogółem: 300.85 g; W tym cukry: 42.40 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 9.21 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-20 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2251.68 kcal; Białko ogółem: 70.44 g; Tłuszcz: 62.06 g; Kw. tł. nasy.: 33.10 g; Węglowodany ogółem: 360.24 g; W tym cukry: 81.94 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 6.41 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-21 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2925.79 kcal; Białko ogółem: 117.64 g; Tłuszcz: 99.06 g; Kw. tł. nasy.: 52.93 g; Węglowodany ogółem: 400.83 g; W tym cukry: 83.84 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 6.70 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-22 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną, 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2334.04 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 71.22 g; Kw. tł. nasy.: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 338.83 g; W tym cukry: 90.74 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sól: 7.49 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-23 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2707.07 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 106.96 g; Kw. tł. nasy.: 49.06 g; Węglowodany ogółem: 349.60 g; W tym cukry: 82.57 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sól: 8.16 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-24 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Dżem jagodowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2532.37 kcal; Białko ogółem: 93.71 g; Tłuszcz: 77.53 g; Kw. tł. nasy.: 34.03 g; Węglowodany ogółem: 378.96 g; W tym cukry: 125.08 g; Błonnik pok.: 30.24 g; Sól: 7.54 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-25 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g
		Wartość energetyczna: 2662.83 kcal; Białko ogółem: 107.17 g; Tłuszcz: 90.40 g; Kw. tł. nasy.: 47.46 g; Węglowodany ogółem: 364.79 g; W tym cukry: 74.45 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 8.66 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-26 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2489.21 kcal; Białko ogółem: 123.04 g; Tłuszcz: 101.01 g; Kw. tł. nasy.: 47.50 g; Węglowodany ogółem: 284.86 g; W tym cukry: 65.59 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 8.46 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-27 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g
		Wartość energetyczna: 2505.95 kcal; Białko ogółem: 74.00 g; Tłuszcz: 86.06 g; Kw. tł. nasy.: 46.14 g; Węglowodany ogółem: 367.56 g; W tym cukry: 88.76 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 7.36 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-28 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2572.36 kcal; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 36.14 g; Węglowodany ogółem: 382.66 g; W tym cukry: 65.93 g; Błonnik pok.: 40.12 g; Sól: 7.89 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-29 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2733.08 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 110.82 g; Kw. tł. nasy.: 50.24 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; W tym cukry: 74.91 g; Błonnik pok.: 19.12 g; Sól: 8.99 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-30 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka sołtysa wieprzowa,wędzona ,parzona 50 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2614.62 kcal; Białko ogółem: 98.06 g; Tłuszcz: 89.87 g; Kw. tł. nasy.: 45.16 g; Węglowodany ogółem: 365.46 g; W tym cukry: 83.39 g; Błonnik pok.: 26.58 g; Sól: 7.87 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-01-31 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)
	II ŚN	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2613.26 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 83.59 g; Kw. tł. nasy.: 38.66 g; Węglowodany ogółem: 376.72 g; W tym cukry: 95.03 g; Błonnik pok.: 25.84 g; Sól: 6.68 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-01 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2528.63 kcal; Białko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 79.65 g; Kw. tł. nasy.: 41.34 g; Węglowodany ogółem: 368.03 g; W tym cukry: 112.08 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 8.86 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-02 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus mango,banan,jabłko,ananas,dynia,marchew 100g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2091.75 kcal; Białko ogółem: 99.57 g; Tłuszcz: 68.27 g; Kw. tł. nasy.: 40.26 g; Węglowodany ogółem: 276.55 g; W tym cukry: 37.85 g; Błonnik pok.: 18.21 g; Sól: 7.87 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-03 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)			Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka () 200 g (***MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 200 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 100 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2382.78 kcal; Białko ogółem: 87.69 g; Tłuszcz: 74.16 g; Kw. tł. nasy.: 37.19 g; Węglowodany ogółem: 360.03 g; W tym cukry: 89.31 g; Błonnik pok.: 39.73 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 2357.64 kcal; Białko ogółem: 86.89 g; Tłuszcz: 73.77 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 352.86 g; W tym cukry: 102.20 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2396.54 kcal; Białko ogółem: 96.50 g; Tłuszcz: 74.57 g; Kw. tł. nasy.: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 350.77 g; W tym cukry: 98.94 g; Błonnik pok.: 32.02 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 2175.68 kcal; Białko ogółem: 85.43 g; Tłuszcz: 66.98 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 328.18 g; W tym cukry: 86.34 g; Błonnik pok.: 41.31 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2177.41 kcal; Białko ogółem: 83.94 g; Tłuszcz: 70.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 322.52 g; W tym cukry: 77.97 g; Błonnik pok.: 41.56 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2301.28 kcal; Białko ogółem: 90.56 g; Tłuszcz: 70.20 g; Kw. tł. nasy.: 34.72 g; Węglowodany ogółem: 342.13 g; W tym cukry: 87.52 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sól: 9.53 g;	Wartość energetyczna: 1814.10 kcal; Białko ogółem: 69.40 g; Tłuszcz: 63.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.17 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 51.26 g; Błonnik pok.: 36.86 g; Sól: 7.20 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-04 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jabłko 150 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2646.34 kcal; Białko ogółem: 124.07 g; Tłuszcz: 85.40 g; Kw. tł. nasy.: 39.14 g; Węglowodany ogółem: 350.95 g; W tym cukry: 65.44 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 2595.52 kcal; Białko ogółem: 119.37 g; Tłuszcz: 75.46 g; Kw. tł. nasy.: 36.23 g; Węglowodany ogółem: 365.51 g; W tym cukry: 73.71 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2679.80 kcal; Białko ogółem: 119.02 g; Tłuszcz: 75.25 g; Kw. tł. nasy.: 36.12 g; Węglowodany ogółem: 382.92 g; W tym cukry: 91.47 g; Błonnik pok.: 20.68 g; Sól: 7.38 g;		Wartość energetyczna: 2226.85 kcal; Białko ogółem: 117.43 g; Tłuszcz: 66.65 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 298.04 g; W tym cukry: 66.87 g; Błonnik pok.: 30.90 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2196.20 kcal; Białko ogółem: 116.43 g; Tłuszcz: 72.25 g; Kw. tł. nasy.: 35.71 g; Węglowodany ogółem: 278.91 g; W tym cukry: 56.55 g; Błonnik pok.: 34.74 g; Sól: 8.74 g;	Wartość energetyczna: 2517.75 kcal; Białko ogółem: 117.57 g; Tłuszcz: 73.42 g; Kw. tł. nasy.: 37.53 g; Węglowodany ogółem: 350.01 g; W tym cukry: 84.18 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 1688.75 kcal; Białko ogółem: 99.94 g; Tłuszcz: 47.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 221.97 g; W tym cukry: 33.59 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sól: 7.68 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-05 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml			Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2684.61 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz: 94.85 g; Kw. tł. nasy.: 43.86 g; Węglowodany ogółem: 370.20 g; W tym cukry: 96.07 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 2338.60 kcal; Białko ogółem: 99.20 g; Tłuszcz: 63.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.59 g; Węglowodany ogółem: 356.22 g; W tym cukry: 96.19 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 6.64 g;	Wartość energetyczna: 2299.60 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz: 63.09 g; Kw. tł. nasy.: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 345.67 g; W tym cukry: 86.84 g; Błonnik pok.: 26.04 g; Sól: 7.60 g;		Wartość energetyczna: 2326.02 kcal; Białko ogółem: 109.49 g; Tłuszcz: 65.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.20 g; Węglowodany ogółem: 342.08 g; W tym cukry: 77.21 g; Błonnik pok.: 34.11 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 2472.08 kcal; Białko ogółem: 106.96 g; Tłuszcz: 81.98 g; Kw. tł. nasy.: 42.39 g; Węglowodany ogółem: 347.08 g; W tym cukry: 76.80 g; Błonnik pok.: 36.74 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2255.38 kcal; Białko ogółem: 94.47 g; Tłuszcz: 59.24 g; Kw. tł. nasy.: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 350.17 g; W tym cukry: 83.07 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 1797.86 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz: 54.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 256.12 g; W tym cukry: 41.91 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sól: 7.56 g;

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-06 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z cukini z kiełbasą 200 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2782.75 kcal; Białko ogółem: 92.00 g; Tłuszcz: 109.86 g; Kw. tł. nasy.: 41.34 g; Węglowodany ogółem: 367.08 g; W tym cukry: 84.53 g; Błonnik pok.: 32.40 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2518.65 kcal; Białko ogółem: 106.37 g; Tłuszcz: 75.57 g; Kw. tł. nasy.: 37.34 g; Węglowodany ogółem: 366.46 g; W tym cukry: 83.65 g; Błonnik pok.: 28.35 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2546.25 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 75.24 g; Kw. tł. nasy.: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 372.69 g; W tym cukry: 91.01 g; Błonnik pok.: 28.70 g; Sól: 5.71 g;	Wartość energetyczna: 2636.59 kcal; Białko ogółem: 107.94 g; Tłuszcz: 81.29 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 378.69 g; W tym cukry: 88.49 g; Błonnik pok.: 26.72 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 2536.60 kcal; Białko ogółem: 109.49 g; Tłuszcz: 84.46 g; Kw. tł. nasy.: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 350.23 g; W tym cukry: 80.86 g; Błonnik pok.: 32.65 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 2402.02 kcal; Białko ogółem: 102.40 g; Tłuszcz: 86.33 g; Kw. tł. nasy.: 36.38 g; Węglowodany ogółem: 320.69 g; W tym cukry: 46.39 g; Błonnik pok.: 34.36 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2324.66 kcal; Białko ogółem: 93.08 g; Tłuszcz: 69.18 g; Kw. tł. nasy.: 34.23 g; Węglowodany ogółem: 347.04 g; W tym cukry: 69.72 g; Błonnik pok.: 34.09 g; Sól: 6.46 g;	Wartość energetyczna: 1943.15 kcal; Białko ogółem: 91.19 g; Tłuszcz: 65.19 g; Kw. tł. nasy.: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 262.97 g; W tym cukry: 44.29 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 5.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-07 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2660.53 kcal; Białko ogółem: 112.03 g; Tłuszcz: 85.29 g; Kw. tł. nasy.: 37.43 g; Węglowodany ogółem: 370.70 g; W tym cukry: 111.13 g; Błonnik pok.: 28.54 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2564.74 kcal; Białko ogółem: 110.70 g; Tłuszcz: 79.99 g; Kw. tł. nasy.: 37.24 g; Węglowodany ogółem: 357.47 g; W tym cukry: 99.64 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 6.37 g;	Wartość energetyczna: 2667.97 kcal; Białko ogółem: 119.11 g; Tłuszcz: 86.47 g; Kw. tł. nasy.: 39.19 g; Węglowodany ogółem: 360.56 g; W tym cukry: 101.79 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2412.08 kcal; Białko ogółem: 112.48 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; Węglowodany ogółem: 338.95 g; W tym cukry: 102.18 g; Błonnik pok.: 31.41 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 2532.92 kcal; Białko ogółem: 123.64 g; Tłuszcz: 94.09 g; Kw. tł. nasy.: 48.31 g; Węglowodany ogółem: 313.84 g; W tym cukry: 73.28 g; Błonnik pok.: 32.39 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2606.51 kcal; Białko ogółem: 127.08 g; Tłuszcz: 88.08 g; Kw. tł. nasy.: 40.37 g; Węglowodany ogółem: 336.94 g; W tym cukry: 71.52 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 1923.67 kcal; Białko ogółem: 101.54 g; Tłuszcz: 66.69 g; Kw. tł. nasy.: 30.98 g; Węglowodany ogółem: 244.04 g; W tym cukry: 45.50 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 6.27 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-08 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Musztarda 20 g (***GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2911.89 kcal; Białko ogółem: 126.22 g; Tłuszcz: 105.09 g; Kw. tł. nasy.: 42.88 g; Węglowodany ogółem: 381.60 g; W tym cukry: 81.22 g; Błonnik pok.: 34.75 g; Sól: 10.23 g;	Wartość energetyczna: 2576.21 kcal; Białko ogółem: 109.56 g; Tłuszcz: 84.69 g; Kw. tł. nasy.: 35.55 g; Węglowodany ogółem: 358.97 g; W tym cukry: 84.76 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2552.30 kcal; Białko ogółem: 109.38 g; Tłuszcz: 74.29 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 374.93 g; W tym cukry: 107.86 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2421.52 kcal; Białko ogółem: 116.65 g; Tłuszcz: 74.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 339.57 g; W tym cukry: 73.14 g; Błonnik pok.: 36.37 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2430.84 kcal; Białko ogółem: 122.28 g; Tłuszcz: 82.48 g; Kw. tł. nasy.: 36.37 g; Węglowodany ogółem: 317.93 g; W tym cukry: 62.23 g; Błonnik pok.: 37.31 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 2539.03 kcal; Białko ogółem: 113.01 g; Tłuszcz: 86.35 g; Kw. tł. nasy.: 37.01 g; Węglowodany ogółem: 342.04 g; W tym cukry: 78.75 g; Błonnik pok.: 31.53 g; Sól: 11.67 g;	Wartość energetyczna: 1823.88 kcal; Białko ogółem: 102.90 g; Tłuszcz: 56.12 g; Kw. tł. nasy.: 20.76 g; Węglowodany ogółem: 242.37 g; W tym cukry: 35.09 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sól: 7.73 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-09 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Salami kiełbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewajaca, wędzona. 50 g (***SOJ, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2371.05 kcal; Białko ogółem: 106.39 g; Tłuszcz: 94.13 g; Kw. tł. nasy.: 42.17 g; Węglowodany ogółem: 287.83 g; W tym cukry: 67.77 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2173.17 kcal; Białko ogółem: 106.72 g; Tłuszcz: 77.18 g; Kw. tł. nasy.: 36.36 g; Węglowodany ogółem: 277.77 g; W tym cukry: 61.83 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sól: 5.94 g;	Wartość energetyczna: 2046.34 kcal; Białko ogółem: 85.60 g; Tłuszcz: 60.15 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 305.62 g; W tym cukry: 63.87 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 5.70 g;		Wartość energetyczna: 1983.65 kcal; Białko ogółem: 101.36 g; Tłuszcz: 68.29 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 256.37 g; W tym cukry: 61.12 g; Błonnik pok.: 28.32 g; Sól: 5.49 g;	Wartość energetyczna: 2308.14 kcal; Białko ogółem: 120.59 g; Tłuszcz: 82.08 g; Kw. tł. nasy.: 39.30 g; Węglowodany ogółem: 287.77 g; W tym cukry: 67.57 g; Błonnik pok.: 30.56 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 2235.46 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz: 63.56 g; Kw. tł. nasy.: 34.41 g; Węglowodany ogółem: 337.66 g; W tym cukry: 69.10 g; Błonnik pok.: 32.14 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 1772.02 kcal; Białko ogółem: 103.09 g; Tłuszcz: 57.52 g; Kw. tł. nasy.: 23.90 g; Węglowodany ogółem: 225.05 g; W tym cukry: 42.83 g; Błonnik pok.: 27.38 g; Sól: 5.14 g;

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-10 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)				Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2396.49 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz: 70.63 g; Kw. tł. nasy.: 35.58 g; Węglowodany ogółem: 362.10 g; W tym cukry: 76.17 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 8.07 g;	Wartość energetyczna: 2368.59 kcal; Białko ogółem: 83.66 g; Tłuszcz: 69.05 g; Kw. tł. nasy.: 35.26 g; Węglowodany ogółem: 362.96 g; W tym cukry: 77.91 g; Błonnik pok.: 21.94 g; Sól: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 2415.60 kcal; Białko ogółem: 84.49 g; Tłuszcz: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 35.26 g; Węglowodany ogółem: 372.52 g; W tym cukry: 87.57 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 7.80 g;		Wartość energetyczna: 2169.33 kcal; Białko ogółem: 79.46 g; Tłuszcz: 60.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.54 g; Węglowodany ogółem: 338.90 g; W tym cukry: 76.29 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2080.96 kcal; Białko ogółem: 83.82 g; Tłuszcz: 68.77 g; Kw. tł. nasy.: 34.96 g; Węglowodany ogółem: 294.06 g; W tym cukry: 47.96 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2196.08 kcal; Białko ogółem: 78.26 g; Tłuszcz: 66.94 g; Kw. tł. nasy.: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 329.82 g; W tym cukry: 58.88 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 1563.72 kcal; Białko ogółem: 67.28 g; Tłuszcz: 43.83 g; Kw. tł. nasy.: 19.41 g; Węglowodany ogółem: 235.21 g; W tym cukry: 33.66 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 6.77 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-11 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką dieta () 200 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2279.34 kcal; Białko ogółem: 105.50 g; Tłuszcz: 69.67 g; Kw. tł. nasy.: 33.34 g; Węglowodany ogółem: 321.02 g; W tym cukry: 60.86 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2246.73 kcal; Białko ogółem: 100.90 g; Tłuszcz: 67.72 g; Kw. tł. nasy.: 33.18 g; Węglowodany ogółem: 321.54 g; W tym cukry: 66.05 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 2460.10 kcal; Białko ogółem: 108.79 g; Tłuszcz: 77.27 g; Kw. tł. nasy.: 37.43 g; Węglowodany ogółem: 345.61 g; W tym cukry: 84.16 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 9.73 g;	Wartość energetyczna: 2455.10 kcal; Białko ogółem: 108.24 g; Tłuszcz: 76.87 g; Kw. tł. nasy.: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 344.91 g; W tym cukry: 84.98 g; Błonnik pok.: 30.24 g; Sól: 9.72 g;	Wartość energetyczna: 2100.90 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 61.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 299.66 g; W tym cukry: 62.60 g; Błonnik pok.: 37.18 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 2090.84 kcal; Białko ogółem: 102.16 g; Tłuszcz: 64.82 g; Kw. tł. nasy.: 31.85 g; Węglowodany ogółem: 290.89 g; W tym cukry: 52.56 g; Błonnik pok.: 35.97 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2364.84 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 72.90 g; Kw. tł. nasy.: 36.04 g; Węglowodany ogółem: 336.97 g; W tym cukry: 72.74 g; Błonnik pok.: 30.36 g; Sól: 10.27 g;	Wartość energetyczna: 1580.33 kcal; Białko ogółem: 87.17 g; Tłuszcz: 41.40 g; Kw. tł. nasy.: 16.92 g; Węglowodany ogółem: 229.45 g; W tym cukry: 27.42 g; Błonnik pok.: 32.74 g; Sól: 5.60 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-12 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)				Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2798.75 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 112.51 g; Kw. tł. nasy.: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 357.82 g; W tym cukry: 74.56 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sól: 10.68 g;	Wartość energetyczna: 2638.23 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 86.30 g; Kw. tł. nasy.: 39.98 g; Węglowodany ogółem: 367.39 g; W tym cukry: 72.13 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2636.79 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 91.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 356.69 g; W tym cukry: 74.23 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 8.43 g;		Wartość energetyczna: 2460.20 kcal; Białko ogółem: 104.75 g; Tłuszcz: 81.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 345.17 g; W tym cukry: 74.46 g; Błonnik pok.: 34.78 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2595.09 kcal; Białko ogółem: 108.87 g; Tłuszcz: 90.97 g; Kw. tł. nasy.: 39.42 g; Węglowodany ogółem: 351.50 g; W tym cukry: 70.88 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2624.48 kcal; Białko ogółem: 101.01 g; Tłuszcz: 87.03 g; Kw. tł. nasy.: 39.52 g; Węglowodany ogółem: 369.75 g; W tym cukry: 74.89 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 1950.54 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz: 66.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 258.23 g; W tym cukry: 33.73 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 7.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-13 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g		Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)
		Wartość energetyczna: 2647.53 kcal; Białko ogółem: 107.08 g; Tłuszcz: 94.74 g; Kw. tł. nasy.: 46.36 g; Węglowodany ogółem: 346.75 g; W tym cukry: 70.05 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 5.13 g;	Wartość energetyczna: 2409.11 kcal; Białko ogółem: 111.21 g; Tłuszcz: 75.31 g; Kw. tł. nasy.: 36.42 g; Węglowodany ogółem: 327.15 g; W tym cukry: 69.93 g; Błonnik pok.: 16.20 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2452.73 kcal; Białko ogółem: 110.98 g; Tłuszcz: 74.98 g; Kw. tł. nasy.: 36.66 g; Węglowodany ogółem: 345.19 g; W tym cukry: 74.09 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sól: 7.49 g;		Wartość energetyczna: 2517.98 kcal; Białko ogółem: 119.75 g; Tłuszcz: 82.37 g; Kw. tł. nasy.: 27.03 g; Węglowodany ogółem: 333.92 g; W tym cukry: 61.78 g; Błonnik pok.: 31.59 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2599.16 kcal; Białko ogółem: 118.46 g; Tłuszcz: 87.33 g; Kw. tł. nasy.: 36.59 g; Węglowodany ogółem: 344.58 g; W tym cukry: 64.06 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2448.70 kcal; Białko ogółem: 105.70 g; Tłuszcz: 72.34 g; Kw. tł. nasy.: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 355.98 g; W tym cukry: 75.00 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 1975.53 kcal; Białko ogółem: 103.04 g; Tłuszcz: 63.08 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 256.55 g; W tym cukry: 26.87 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 5.33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-14 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 200 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)	Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)
		Wartość energetyczna: 2765.29 kcal; Białko ogółem: 100.08 g; Tłuszcz: 102.21 g; Kw. tł. nasy.: 37.53 g; Węglowodany ogółem: 371.92 g; W tym cukry: 105.13 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sól: 9.66 g;	Wartość energetyczna: 2475.03 kcal; Białko ogółem: 99.44 g; Tłuszcz: 78.56 g; Kw. tł. nasy.: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 353.85 g; W tym cukry: 107.41 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2593.73 kcal; Białko ogółem: 107.60 g; Tłuszcz: 84.64 g; Kw. tł. nasy.: 37.05 g; Węglowodany ogółem: 359.83 g; W tym cukry: 114.34 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 9.17 g;		Wartość energetyczna: 2330.16 kcal; Białko ogółem: 116.25 g; Tłuszcz: 75.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 311.05 g; W tym cukry: 81.68 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 9.23 g;	Wartość energetyczna: 2291.28 kcal; Białko ogółem: 113.12 g; Tłuszcz: 79.38 g; Kw. tł. nasy.: 34.54 g; Węglowodany ogółem: 297.02 g; W tym cukry: 70.50 g; Błonnik pok.: 32.40 g; Sól: 9.62 g;	Wartość energetyczna: 2489.15 kcal; Białko ogółem: 116.12 g; Tłuszcz: 81.97 g; Kw. tł. nasy.: 36.21 g; Węglowodany ogółem: 333.24 g; W tym cukry: 82.39 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 10.63 g;	Wartość energetyczna: 1781.44 kcal; Białko ogółem: 99.04 g; Tłuszcz: 55.99 g; Kw. tł. nasy.: 19.62 g; Węglowodany ogółem: 234.63 g; W tym cukry: 45.65 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sól: 8.48 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-15 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (***SEL,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml			Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2700.56 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 98.67 g; Kw. tł. nasy.: 47.32 g; Węglowodany ogółem: 366.23 g; W tym cukry: 73.57 g; Błonnik pok.: 40.43 g; Sól: 9.38 g;	Wartość energetyczna: 2576.73 kcal; Białko ogółem: 102.30 g; Tłuszcz: 77.47 g; Kw. tł. nasy.: 35.86 g; Węglowodany ogółem: 377.39 g; W tym cukry: 84.08 g; Błonnik pok.: 26.44 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2591.43 kcal; Białko ogółem: 102.70 g; Tłuszcz: 77.63 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 380.55 g; W tym cukry: 86.55 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2502.36 kcal; Białko ogółem: 106.32 g; Tłuszcz: 84.38 g; Kw. tł. nasy.: 35.27 g; Węglowodany ogółem: 344.05 g; W tym cukry: 69.61 g; Błonnik pok.: 32.56 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2474.52 kcal; Białko ogółem: 102.18 g; Tłuszcz: 87.18 g; Kw. tł. nasy.: 44.55 g; Węglowodany ogółem: 336.00 g; W tym cukry: 69.20 g; Błonnik pok.: 35.19 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2470.41 kcal; Białko ogółem: 94.58 g; Tłuszcz: 72.85 g; Kw. tł. nasy.: 35.02 g; Węglowodany ogółem: 370.64 g; W tym cukry: 82.77 g; Błonnik pok.: 30.49 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 1866.25 kcal; Białko ogółem: 86.26 g; Tłuszcz: 62.37 g; Kw. tł. nasy.: 29.02 g; Węglowodany ogółem: 252.25 g; W tym cukry: 34.51 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 8.02 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-16 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml			Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)	Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)
		Wartość energetyczna: 2292.48 kcal; Białko ogółem: 87.27 g; Tłuszcz: 79.49 g; Kw. tł. nasy.: 34.29 g; Węglowodany ogółem: 319.04 g; W tym cukry: 78.56 g; Błonnik pok.: 27.98 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2193.54 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz: 69.67 g; Kw. tł. nasy.: 34.10 g; Węglowodany ogółem: 310.35 g; W tym cukry: 86.99 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 2208.72 kcal; Białko ogółem: 95.05 g; Tłuszcz: 69.85 g; Kw. tł. nasy.: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 313.60 g; W tym cukry: 89.49 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 10.22 g;	Wartość energetyczna: 1954.18 kcal; Białko ogółem: 102.73 g; Tłuszcz: 57.24 g; Kw. tł. nasy.: 19.89 g; Węglowodany ogółem: 273.80 g; W tym cukry: 67.95 g; Błonnik pok.: 33.52 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2226.50 kcal; Białko ogółem: 115.30 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kw. tł. nasy.: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 301.80 g; W tym cukry: 76.45 g; Błonnik pok.: 35.26 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 2340.84 kcal; Białko ogółem: 109.63 g; Tłuszcz: 70.76 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 329.74 g; W tym cukry: 82.62 g; Błonnik pok.: 31.22 g; Sól: 11.52 g;	Wartość energetyczna: 1703.39 kcal; Białko ogółem: 99.68 g; Tłuszcz: 44.84 g; Kw. tł. nasy.: 17.94 g; Węglowodany ogółem: 241.38 g; W tym cukry: 47.53 g; Błonnik pok.: 32.34 g; Sól: 8.16 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-03 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 250 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 100 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g (***SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka () 200 g (***MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 150 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 50 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Roszponka 10 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 100 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2510.01 kcal; Białko ogółem: 104.40 g; Tłuszcz: 79.42 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 361.75 g; W tym cukry: 104.49 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sól: 9.60 g;	Wartość energetyczna: 1989.39 kcal; Białko ogółem: 51.46 g; Tłuszcz: 63.21 g; Kw. tł. nasy.: 32.61 g; Węglowodany ogółem: 320.34 g; W tym cukry: 73.61 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 6.36 g;	Wartość energetyczna: 2128.33 kcal; Białko ogółem: 63.58 g; Tłuszcz: 74.31 g; Kw. tł. nasy.: 31.88 g; Węglowodany ogółem: 307.53 g; W tym cukry: 84.12 g; Błonnik pok.: 26.58 g; Sól: 5.07 g;	Wartość energetyczna: 2604.93 kcal; Białko ogółem: 84.40 g; Tłuszcz: 96.11 g; Kw. tł. nasy.: 38.74 g; Węglowodany ogółem: 364.62 g; W tym cukry: 89.47 g; Błonnik pok.: 37.35 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2512.99 kcal; Białko ogółem: 102.49 g; Tłuszcz: 73.18 g; Kw. tł. nasy.: 35.56 g; Węglowodany ogółem: 377.92 g; W tym cukry: 102.01 g; Błonnik pok.: 32.83 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2517.62 kcal; Białko ogółem: 123.97 g; Tłuszcz: 118.10 g; Kw. tł. nasy.: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 252.20 g; W tym cukry: 111.79 g; Błonnik pok.: 24.20 g; Sól: 5.04 g;	Wartość energetyczna: 2650.77 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 89.96 g; Kw. tł. nasy.: 43.34 g; Węglowodany ogółem: 381.57 g; W tym cukry: 100.56 g; Błonnik pok.: 37.69 g; Sól: 11.39 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-04 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Obiad	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 150 g Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 300 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Dynia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z warzywami i serem żółtym* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso wieprzowe (szynka) mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)			Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2734.73 kcal; Białko ogółem: 144.38 g; Tłuszcz: 79.88 g; Kw. tł. nasy.: 37.80 g; Węglowodany ogółem: 365.90 g; W tym cukry: 73.97 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 2132.57 kcal; Białko ogółem: 69.31 g; Tłuszcz: 66.17 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 322.91 g; W tym cukry: 55.00 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 5.27 g;	Wartość energetyczna: 2230.51 kcal; Białko ogółem: 86.11 g; Tłuszcz: 78.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.48 g; Węglowodany ogółem: 297.09 g; W tym cukry: 64.38 g; Błonnik pok.: 16.07 g; Sól: 3.49 g;	Wartość energetyczna: 2654.51 kcal; Białko ogółem: 88.73 g; Tłuszcz: 98.12 g; Kw. tł. nasy.: 49.78 g; Węglowodany ogółem: 363.65 g; W tym cukry: 66.41 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 3032.74 kcal; Białko ogółem: 129.28 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 36.45 g; Węglowodany ogółem: 440.93 g; W tym cukry: 95.68 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2447.59 kcal; Białko ogółem: 127.35 g; Tłuszcz: 118.77 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 227.21 g; W tym cukry: 109.01 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 4.41 g;	Wartość energetyczna: 2929.70 kcal; Białko ogółem: 134.52 g; Tłuszcz: 88.50 g; Kw. tł. nasy.: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 401.31 g; W tym cukry: 102.16 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sól: 8.91 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-05 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 150 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw () 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 75 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 25 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***)
		Wartość energetyczna: 2502.54 kcal; Białko ogółem: 121.70 g; Tłuszcz: 68.54 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 362.93 g; W tym cukry: 96.40 g; Błonnik pok.: 26.98 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 1999.08 kcal; Białko ogółem: 59.47 g; Tłuszcz: 54.61 g; Kw. tł. nasy.: 31.12 g; Węglowodany ogółem: 331.25 g; W tym cukry: 72.53 g; Błonnik pok.: 26.89 g; Sól: 5.78 g;	Wartość energetyczna: 2202.72 kcal; Białko ogółem: 76.97 g; Tłuszcz: 66.49 g; Kw. tł. nasy.: 30.24 g; Węglowodany ogółem: 327.64 g; W tym cukry: 90.59 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2511.97 kcal; Białko ogółem: 94.13 g; Tłuszcz: 83.84 g; Kw. tł. nasy.: 41.55 g; Węglowodany ogółem: 362.55 g; W tym cukry: 108.43 g; Błonnik pok.: 34.49 g; Sól: 5.49 g;	Wartość energetyczna: 2430.95 kcal; Białko ogółem: 106.08 g; Tłuszcz: 62.72 g; Kw. tł. nasy.: 32.20 g; Węglowodany ogółem: 374.39 g; W tym cukry: 90.43 g; Błonnik pok.: 26.82 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2534.91 kcal; Białko ogółem: 124.85 g; Tłuszcz: 120.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 250.12 g; W tym cukry: 110.92 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2549.58 kcal; Białko ogółem: 109.39 g; Tłuszcz: 68.12 g; Kw. tł. nasy.: 36.12 g; Węglowodany ogółem: 389.75 g; W tym cukry: 101.68 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 8.95 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-06 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN								Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Klopsik wieprzowy 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto wegetariańskie z tofu() 350 g (***SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2702.19 kcal; Białko ogółem: 122.26 g; Tłuszcz: 84.71 g; Kw. tł. nasy.: 39.60 g; Węglowodany ogółem: 374.85 g; W tym cukry: 83.02 g; Błonnik pok.: 26.39 g; Sól: 5.75 g;	Wartość energetyczna: 2183.20 kcal; Białko ogółem: 66.17 g; Tłuszcz: 66.81 g; Kw. tł. nasy.: 34.47 g; Węglowodany ogółem: 341.89 g; W tym cukry: 50.89 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 4.96 g;	Wartość energetyczna: 2327.92 kcal; Białko ogółem: 80.63 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 330.22 g; W tym cukry: 73.24 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 2.91 g;	Wartość energetyczna: 2961.08 kcal; Białko ogółem: 91.85 g; Tłuszcz: 125.84 g; Kw. tł. nasy.: 40.18 g; Węglowodany ogółem: 374.65 g; W tym cukry: 87.10 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2655.65 kcal; Białko ogółem: 112.90 g; Tłuszcz: 75.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.81 g; Węglowodany ogółem: 394.63 g; W tym cukry: 95.28 g; Błonnik pok.: 29.92 g; Sól: 5.44 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2494.94 kcal; Białko ogółem: 125.58 g; Tłuszcz: 117.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 244.75 g; W tym cukry: 111.10 g; Błonnik pok.: 21.00 g; Sól: 4.29 g;	Wartość energetyczna: 2711.24 kcal; Białko ogółem: 100.00 g; Tłuszcz: 90.66 g; Kw. tł. nasy.: 44.65 g; Węglowodany ogółem: 385.88 g; W tym cukry: 70.02 g; Błonnik pok.: 31.93 g; Sól: 7.80 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-07 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 75 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 3 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza gryczana na mleku 400 g (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 150 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) (bez glutenu) 100 g (***JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy (bez mleka i glutenu) 100 ml Szpinak gotowany z olejem. (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 150 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2773.01 kcal; Białko ogółem: 135.06 g; Tłuszcz: 89.82 g; Kw. tł. nasy.: 39.59 g; Węglowodany ogółem: 362.96 g; W tym cukry: 100.24 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2145.73 kcal; Białko ogółem: 59.96 g; Tłuszcz: 61.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 346.90 g; W tym cukry: 91.05 g; Błonnik pok.: 26.53 g; Sól: 5.36 g;	Wartość energetyczna: 2355.16 kcal; Białko ogółem: 88.14 g; Tłuszcz: 80.97 g; Kw. tł. nasy.: 34.52 g; Węglowodany ogółem: 320.45 g; W tym cukry: 91.09 g; Błonnik pok.: 18.64 g; Sól: 3.32 g;	Wartość energetyczna: 2867.17 kcal; Białko ogółem: 103.61 g; Tłuszcz: 104.57 g; Kw. tł. nasy.: 40.09 g; Węglowodany ogółem: 385.64 g; W tym cukry: 115.49 g; Błonnik pok.: 29.21 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 2799.32 kcal; Białko ogółem: 124.99 g; Tłuszcz: 86.10 g; Kw. tł. nasy.: 38.76 g; Węglowodany ogółem: 389.28 g; W tym cukry: 105.38 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2570.65 kcal; Białko ogółem: 131.20 g; Tłuszcz: 120.44 g; Kw. tł. nasy.: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 250.38 g; W tym cukry: 109.55 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 5.20 g;	Wartość energetyczna: 2842.72 kcal; Białko ogółem: 133.62 g; Tłuszcz: 98.10 g; Kw. tł. nasy.: 48.81 g; Węglowodany ogółem: 368.91 g; W tym cukry: 80.88 g; Błonnik pok.: 27.79 g; Sól: 9.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-08 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 75 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 25 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 250 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 200 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z warzywami i soczewicą wegetariańskie () 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2702.56 kcal; Białko ogółem: 128.67 g; Tłuszcz: 88.95 g; Kw. tł. nasy.: 36.53 g; Węglowodany ogółem: 362.21 g; W tym cukry: 85.04 g; Błonnik pok.: 31.45 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2205.34 kcal; Białko ogółem: 65.75 g; Tłuszcz: 76.94 g; Kw. tł. nasy.: 33.80 g; Węglowodany ogółem: 328.35 g; W tym cukry: 60.99 g; Błonnik pok.: 32.75 g; Sól: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 2505.14 kcal; Białko ogółem: 83.87 g; Tłuszcz: 91.24 g; Kw. tł. nasy.: 33.79 g; Węglowodany ogółem: 344.97 g; W tym cukry: 78.68 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 4.21 g;	Wartość energetyczna: 2525.26 kcal; Białko ogółem: 85.46 g; Tłuszcz: 82.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.19 g; Węglowodany ogółem: 375.80 g; W tym cukry: 84.43 g; Błonnik pok.: 37.32 g; Sól: 5.24 g;	Wartość energetyczna: 2642.60 kcal; Białko ogółem: 104.64 g; Tłuszcz: 74.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 402.81 g; W tym cukry: 111.02 g; Błonnik pok.: 31.14 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2495.52 kcal; Białko ogółem: 122.04 g; Tłuszcz: 116.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.90 g; Węglowodany ogółem: 251.38 g; W tym cukry: 110.42 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 4.32 g;	Wartość energetyczna: 2859.70 kcal; Białko ogółem: 126.00 g; Tłuszcz: 88.99 g; Kw. tł. nasy.: 40.26 g; Węglowodany ogółem: 404.76 g; W tym cukry: 107.76 g; Błonnik pok.: 36.18 g; Sól: 11.27 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-09 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 230 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Potrawka drobiowa z warzywami * 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (***SOJ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 150 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2511.62 kcal; Białko ogółem: 146.68 g; Tłuszcz: 96.32 g; Kw. tł. nasy.: 42.36 g; Węglowodany ogółem: 280.45 g; W tym cukry: 63.74 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 6.46 g;	Wartość energetyczna: 1963.77 kcal; Białko ogółem: 66.95 g; Tłuszcz: 62.06 g; Kw. tł. nasy.: 33.76 g; Węglowodany ogółem: 300.36 g; W tym cukry: 54.49 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 1959.57 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 75.06 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 243.83 g; W tym cukry: 48.81 g; Błonnik pok.: 16.06 g; Sól: 3.87 g;	Wartość energetyczna: 2130.08 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 71.06 g; Kw. tł. nasy.: 39.34 g; Węglowodany ogółem: 293.90 g; W tym cukry: 67.40 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2491.37 kcal; Białko ogółem: 112.57 g; Tłuszcz: 70.19 g; Kw. tł. nasy.: 36.40 g; Węglowodany ogółem: 370.10 g; W tym cukry: 86.01 g; Błonnik pok.: 34.58 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2542.75 kcal; Białko ogółem: 126.13 g; Tłuszcz: 120.34 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 250.52 g; W tym cukry: 111.12 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2471.50 kcal; Białko ogółem: 112.21 g; Tłuszcz: 91.64 g; Kw. tł. nasy.: 43.27 g; Węglowodany ogółem: 313.77 g; W tym cukry: 55.19 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 7.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-10 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 150 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 50 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 150 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 50 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wafle ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2494.28 kcal; Białko ogółem: 96.67 g; Tłuszcz: 74.87 g; Kw. tł. nasy.: 36.50 g; Węglowodany ogółem: 369.32 g; W tym cukry: 81.70 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2070.96 kcal; Białko ogółem: 47.86 g; Tłuszcz: 60.83 g; Kw. tł. nasy.: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 344.12 g; W tym cukry: 55.57 g; Błonnik pok.: 21.17 g; Sól: 5.06 g;	Wartość energetyczna: 2223.40 kcal; Białko ogółem: 64.61 g; Tłuszcz: 70.93 g; Kw. tł. nasy.: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 336.89 g; W tym cukry: 69.63 g; Błonnik pok.: 17.33 g; Sól: 3.27 g;	Wartość energetyczna: 2428.93 kcal; Białko ogółem: 81.34 g; Tłuszcz: 79.03 g; Kw. tł. nasy.: 45.37 g; Węglowodany ogółem: 356.41 g; W tym cukry: 72.16 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2460.74 kcal; Białko ogółem: 90.00 g; Tłuszcz: 68.62 g; Kw. tł. nasy.: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 380.80 g; W tym cukry: 91.84 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 7.47 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2539.78 kcal; Białko ogółem: 131.37 g; Tłuszcz: 119.23 g; Kw. tł. nasy.: 29.79 g; Węglowodany ogółem: 244.95 g; W tym cukry: 110.82 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.47 g;	Wartość energetyczna: 2508.06 kcal; Białko ogółem: 89.19 g; Tłuszcz: 78.82 g; Kw. tł. nasy.: 46.55 g; Węglowodany ogółem: 370.57 g; W tym cukry: 67.93 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 9.67 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-11 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 75 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 25 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 150 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Filet z kurczaka pieczony 50 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (bez glutenu) 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso drobiowe (filet z kurczaka) mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2434.44 kcal; Białko ogółem: 128.29 g; Tłuszcz: 75.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.11 g; Węglowodany ogółem: 324.51 g; W tym cukry: 66.19 g; Błonnik pok.: 30.84 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 1955.28 kcal; Białko ogółem: 63.22 g; Tłuszcz: 62.91 g; Kw. tł. nasy.: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 297.51 g; W tym cukry: 42.42 g; Błonnik pok.: 30.08 g; Sól: 5.70 g;	Wartość energetyczna: 2074.34 kcal; Białko ogółem: 74.32 g; Tłuszcz: 68.65 g; Kw. tł. nasy.: 30.13 g; Węglowodany ogółem: 294.52 g; W tym cukry: 57.15 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sól: 4.01 g;	Wartość energetyczna: 2409.15 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; Tłuszcz: 96.59 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 318.41 g; W tym cukry: 77.97 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2675.38 kcal; Białko ogółem: 116.14 g; Tłuszcz: 84.79 g; Kw. tł. nasy.: 37.53 g; Węglowodany ogółem: 376.14 g; W tym cukry: 87.76 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 9.54 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2514.18 kcal; Białko ogółem: 127.64 g; Tłuszcz: 119.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 243.26 g; W tym cukry: 105.00 g; Błonnik pok.: 22.78 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2563.22 kcal; Białko ogółem: 119.12 g; Tłuszcz: 75.02 g; Kw. tł. nasy.: 34.46 g; Węglowodany ogółem: 367.15 g; W tym cukry: 83.08 g; Błonnik pok.: 33.31 g; Sól: 11.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-12 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzycą () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 150 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 50 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2894.60 kcal; Białko ogółem: 135.85 g; Tłuszcz: 93.42 g; Kw. tł. nasy.: 42.06 g; Węglowodany ogółem: 390.78 g; W tym cukry: 74.43 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 2149.02 kcal; Białko ogółem: 61.46 g; Tłuszcz: 70.42 g; Kw. tł. nasy.: 33.33 g; Węglowodany ogółem: 330.73 g; W tym cukry: 51.72 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sól: 5.31 g;	Wartość energetyczna: 2424.19 kcal; Białko ogółem: 88.84 g; Tłuszcz: 93.22 g; Kw. tł. nasy.: 38.22 g; Węglowodany ogółem: 307.78 g; W tym cukry: 61.11 g; Błonnik pok.: 15.53 g; Sól: 4.02 g;	Wartość energetyczna: 2537.19 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 358.58 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2746.19 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 91.31 g; Kw. tł. nasy.: 40.05 g; Węglowodany ogółem: 378.63 g; W tym cukry: 78.50 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2581.86 kcal; Białko ogółem: 132.29 g; Tłuszcz: 126.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 239.69 g; W tym cukry: 105.92 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 3001.61 kcal; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 115.08 g; Kw. tł. nasy.: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 393.80 g; W tym cukry: 92.55 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 11.55 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-13 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 150 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 150 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 300 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 50 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Frittata z jajkiem 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,***)
		Wartość energetyczna: 2605.49 kcal; Białko ogółem: 137.54 g; Tłuszcz: 84.56 g; Kw. tł. nasy.: 39.11 g; Węglowodany ogółem: 329.23 g; W tym cukry: 71.77 g; Błonnik pok.: 16.20 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 2079.99 kcal; Białko ogółem: 70.72 g; Tłuszcz: 66.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 305.81 g; W tym cukry: 44.65 g; Błonnik pok.: 16.39 g; Sól: 4.81 g;	Wartość energetyczna: 2230.93 kcal; Białko ogółem: 86.51 g; Tłuszcz: 76.58 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 300.09 g; W tym cukry: 60.92 g; Błonnik pok.: 11.39 g; Sól: 3.26 g;	Wartość energetyczna: 2261.01 kcal; Białko ogółem: 75.69 g; Tłuszcz: 87.75 g; Kw. tł. nasy.: 46.73 g; Węglowodany ogółem: 298.77 g; W tym cukry: 70.62 g; Błonnik pok.: 20.13 g; Sól: 4.85 g;	Wartość energetyczna: 2742.93 kcal; Białko ogółem: 123.53 g; Tłuszcz: 77.03 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 403.20 g; W tym cukry: 78.30 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2404.22 kcal; Białko ogółem: 120.39 g; Tłuszcz: 116.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 231.00 g; W tym cukry: 111.44 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sól: 4.30 g;	Wartość energetyczna: 3136.37 kcal; Białko ogółem: 123.24 g; Tłuszcz: 108.66 g; Kw. tł. nasy.: 48.14 g; Węglowodany ogółem: 421.67 g; W tym cukry: 68.46 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 9.70 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-14 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 150 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Ryba pieczona (Morszczuk) 50 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet jaglany z serem top i pietruszką 100 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik () RYD 700 g (***JAJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 150 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)						Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)
		Wartość energetyczna: 2667.33 kcal; Białko ogółem: 136.59 g; Tłuszcz: 90.52 g; Kw. tł. nasy.: 37.54 g; Węglowodany ogółem: 337.00 g; W tym cukry: 87.94 g; Błonnik pok.: 25.44 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 2043.69 kcal; Białko ogółem: 58.18 g; Tłuszcz: 67.08 g; Kw. tł. nasy.: 32.70 g; Węglowodany ogółem: 315.58 g; W tym cukry: 72.26 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2365.23 kcal; Białko ogółem: 86.70 g; Tłuszcz: 79.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 332.18 g; W tym cukry: 100.26 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2722.00 kcal; Białko ogółem: 73.81 g; Tłuszcz: 103.60 g; Kw. tł. nasy.: 39.36 g; Węglowodany ogółem: 383.52 g; W tym cukry: 105.11 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sól: 9.54 g;	Wartość energetyczna: 2777.59 kcal; Białko ogółem: 111.73 g; Tłuszcz: 85.34 g; Kw. tł. nasy.: 37.07 g; Węglowodany ogółem: 401.61 g; W tym cukry: 119.20 g; Błonnik pok.: 27.71 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2534.27 kcal; Białko ogółem: 129.55 g; Tłuszcz: 119.50 g; Kw. tł. nasy.: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 245.80 g; W tym cukry: 104.93 g; Błonnik pok.: 21.29 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2665.01 kcal; Białko ogółem: 116.33 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw. tł. nasy.: 39.22 g; Węglowodany ogółem: 377.54 g; W tym cukry: 102.56 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 10.36 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-15 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Pulpet drobiowy 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 75 g (***SOJ,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 25 g (***SOJ,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2742.89 kcal; Białko ogółem: 121.25 g; Tłuszcz: 84.55 g; Kw. tł. nasy.: 37.34 g; Węglowodany ogółem: 382.92 g; W tym cukry: 84.53 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2153.55 kcal; Białko ogółem: 57.17 g; Tłuszcz: 65.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.26 g; Węglowodany ogółem: 347.02 g; W tym cukry: 64.82 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sól: 5.45 g;	Wartość energetyczna: 2434.90 kcal; Białko ogółem: 80.16 g; Tłuszcz: 89.56 g; Kw. tł. nasy.: 34.92 g; Węglowodany ogółem: 329.85 g; W tym cukry: 66.29 g; Błonnik pok.: 17.69 g; Sól: 3.66 g;	Wartość energetyczna: 2693.22 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 88.28 g; Kw. tł. nasy.: 44.00 g; Węglowodany ogółem: 393.04 g; W tym cukry: 72.90 g; Błonnik pok.: 39.82 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2743.41 kcal; Białko ogółem: 108.61 g; Tłuszcz: 76.38 g; Kw. tł. nasy.: 35.45 g; Węglowodany ogółem: 418.24 g; W tym cukry: 90.74 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 7.57 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2443.68 kcal; Białko ogółem: 128.07 g; Tłuszcz: 121.53 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 221.02 g; W tym cukry: 106.61 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2978.98 kcal; Białko ogółem: 117.11 g; Tłuszcz: 102.46 g; Kw. tł. nasy.: 51.17 g; Węglowodany ogółem: 412.55 g; W tym cukry: 98.91 g; Błonnik pok.: 32.89 g; Sól: 10.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-16 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 75 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 25 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 150 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Schab gotowany 50 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw z jajkiem() 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe (schab) mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 150 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)						Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)
		Wartość energetyczna: 2390.59 kcal; Białko ogółem: 121.08 g; Tłuszcz: 76.22 g; Kw. tł. nasy.: 37.52 g; Węglowodany ogółem: 318.46 g; W tym cukry: 94.13 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 9.82 g;	Wartość energetyczna: 2107.15 kcal; Białko ogółem: 65.82 g; Tłuszcz: 68.57 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 321.55 g; W tym cukry: 73.01 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2051.09 kcal; Białko ogółem: 69.57 g; Tłuszcz: 75.48 g; Kw. tł. nasy.: 32.36 g; Węglowodany ogółem: 283.09 g; W tym cukry: 77.00 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 5.88 g;	Wartość energetyczna: 2321.26 kcal; Białko ogółem: 66.04 g; Tłuszcz: 102.30 g; Kw. tł. nasy.: 41.14 g; Węglowodany ogółem: 292.85 g; W tym cukry: 84.14 g; Błonnik pok.: 25.65 g; Sól: 9.23 g;	Wartość energetyczna: 2723.08 kcal; Białko ogółem: 115.64 g; Tłuszcz: 86.17 g; Kw. tł. nasy.: 38.51 g; Węglowodany ogółem: 386.66 g; W tym cukry: 109.73 g; Błonnik pok.: 31.70 g; Sól: 10.35 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2513.55 kcal; Białko ogółem: 128.13 g; Tłuszcz: 119.38 g; Kw. tł. nasy.: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 242.37 g; W tym cukry: 106.63 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 2378.84 kcal; Białko ogółem: 109.43 g; Tłuszcz: 73.76 g; Kw. tł. nasy.: 35.58 g; Węglowodany ogółem: 333.74 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 31.22 g; Sól: 11.53 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-03 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną, 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2427.15 kcal; Białko ogółem: 80.99 g; Tłuszcz: 84.30 g; Kw. tł. nasy.: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 354.33 g; W tym cukry: 101.63 g; Błonnik pok.: 35.27 g; Sól: 10.19 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-04 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSŻ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2782.00 kcal; Białko ogółem: 121.47 g; Tłuszcz: 83.04 g; Kw. tł. nasy.: 38.92 g; Węglowodany ogółem: 387.16 g; W tym cukry: 91.49 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sól: 7.34 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-05 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2299.60 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz: 63.09 g; Kw. tł. nasy.: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 345.67 g; W tym cukry: 86.84 g; Błonnik pok.: 26.04 g; Sól: 7.60 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-06 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2617.82 kcal; Białko ogółem: 95.67 g; Tłuszcz: 89.31 g; Kw. tł. nasy.: 43.62 g; Węglowodany ogółem: 369.35 g; W tym cukry: 88.08 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 6.69 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-07 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2494.64 kcal; Białko ogółem: 103.82 g; Tłuszcz: 74.82 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 358.83 g; W tym cukry: 101.09 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 6.94 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-08 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2687.58 kcal; Białko ogółem: 114.02 g; Tłuszcz: 83.59 g; Kw. tł. nasy.: 37.04 g; Węglowodany ogółem: 381.87 g; W tym cukry: 108.29 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 6.89 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-09 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2247.88 kcal; Białko ogółem: 95.22 g; Tłuszcz: 85.98 g; Kw. tł. nasy.: 42.24 g; Węglowodany ogółem: 286.53 g; W tym cukry: 56.26 g; Błonnik pok.: 25.92 g; Sól: 6.76 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-10 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2506.44 kcal; Białko ogółem: 82.46 g; Tłuszcz: 74.08 g; Kw. tł. nasy.: 43.10 g; Węglowodany ogółem: 386.23 g; W tym cukry: 83.76 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 8.29 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-11 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2339.60 kcal; Białko ogółem: 102.14 g; Tłuszcz: 69.37 g; Kw. tł. nasy.: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 339.91 g; W tym cukry: 84.16 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 9.91 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-12 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2727.69 kcal; Białko ogółem: 100.62 g; Tłuszcz: 110.65 g; Kw. tł. nasy.: 50.42 g; Węglowodany ogółem: 343.15 g; W tym cukry: 75.28 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Sól: 10.16 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-13 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Sok pomidorowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2697.00 kcal; Białko ogółem: 106.77 g; Tłuszcz: 102.65 g; Kw. tł. nasy.: 43.39 g; Węglowodany ogółem: 343.20 g; W tym cukry: 66.17 g; Błonnik pok.: 18.47 g; Sól: 8.41 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-14 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)
		Wartość energetyczna: 2420.39 kcal; Białko ogółem: 92.31 g; Tłuszcz: 72.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.35 g; Węglowodany ogółem: 358.10 g; W tym cukry: 113.64 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 8.56 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-15 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2813.77 kcal; Białko ogółem: 110.31 g; Tłuszcz: 98.36 g; Kw. tł. nasy.: 47.69 g; Węglowodany ogółem: 384.87 g; W tym cukry: 86.08 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 9.05 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-16 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)
		Wartość energetyczna: 2208.72 kcal; Białko ogółem: 95.05 g; Tłuszcz: 69.85 g; Kw. tł. nasy.: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 313.60 g; W tym cukry: 89.49 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 10.22 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-17 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki z serem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2827.29 kcal; Białko ogółem: 109.83 g; Tłuszcz: 86.50 g; Kw. tł. nasy.: 38.82 g; Węglowodany ogółem: 415.35 g; W tym cukry: 102.74 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2282.86 kcal; Białko ogółem: 90.26 g; Tłuszcz: 67.55 g; Kw. tł. nasy.: 36.06 g; Węglowodany ogółem: 334.41 g; W tym cukry: 71.35 g; Błonnik pok.: 20.69 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2352.71 kcal; Białko ogółem: 97.89 g; Tłuszcz: 64.12 g; Kw. tł. nasy.: 34.29 g; Węglowodany ogółem: 350.29 g; W tym cukry: 78.64 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sól: 6.25 g;		Wartość energetyczna: 2226.44 kcal; Białko ogółem: 98.42 g; Tłuszcz: 64.76 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 324.09 g; W tym cukry: 71.71 g; Błonnik pok.: 36.53 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 2231.44 kcal; Białko ogółem: 97.63 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw. tł. nasy.: 35.39 g; Węglowodany ogółem: 314.35 g; W tym cukry: 59.73 g; Błonnik pok.: 35.18 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2272.51 kcal; Białko ogółem: 93.12 g; Tłuszcz: 61.26 g; Kw. tł. nasy.: 33.49 g; Węglowodany ogółem: 340.69 g; W tym cukry: 65.30 g; Błonnik pok.: 23.37 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 1591.75 kcal; Białko ogółem: 78.08 g; Tłuszcz: 42.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 230.72 g; W tym cukry: 30.63 g; Błonnik pok.: 28.16 g; Sól: 6.15 g;

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-18 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Twarożek 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryż na sypko 200 g Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 100 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 100 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 100 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 100 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)				Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 30 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2991.98 kcal; Białko ogółem: 119.62 g; Tłuszcz: 108.32 g; Kw. tł. nasy.: 51.77 g; Węglowodany ogółem: 393.56 g; W tym cukry: 82.24 g; Błonnik pok.: 32.26 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2883.10 kcal; Białko ogółem: 122.63 g; Tłuszcz: 98.31 g; Kw. tł. nasy.: 42.79 g; Węglowodany ogółem: 386.02 g; W tym cukry: 81.33 g; Błonnik pok.: 22.80 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2856.79 kcal; Białko ogółem: 122.79 g; Tłuszcz: 88.53 g; Kw. tł. nasy.: 42.39 g; Węglowodany ogółem: 402.15 g; W tym cukry: 86.98 g; Błonnik pok.: 25.23 g; Sól: 7.11 g;		Wartość energetyczna: 2465.00 kcal; Białko ogółem: 117.29 g; Tłuszcz: 75.32 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 342.41 g; W tym cukry: 74.95 g; Błonnik pok.: 41.57 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2472.97 kcal; Białko ogółem: 119.07 g; Tłuszcz: 86.03 g; Kw. tł. nasy.: 42.21 g; Węglowodany ogółem: 320.91 g; W tym cukry: 71.46 g; Błonnik pok.: 40.28 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 2588.09 kcal; Białko ogółem: 114.55 g; Tłuszcz: 82.26 g; Kw. tł. nasy.: 41.20 g; Węglowodany ogółem: 359.47 g; W tym cukry: 74.51 g; Błonnik pok.: 27.64 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 1929.89 kcal; Białko ogółem: 103.84 g; Tłuszcz: 62.80 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 250.55 g; W tym cukry: 46.06 g; Błonnik pok.: 35.95 g; Sól: 5.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-19 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2385.02 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 79.26 g; Kw. tł. nasy.: 34.84 g; Węglowodany ogółem: 330.67 g; W tym cukry: 63.78 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2308.37 kcal; Białko ogółem: 95.60 g; Tłuszcz: 68.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.27 g; Węglowodany ogółem: 339.11 g; W tym cukry: 70.49 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2358.78 kcal; Białko ogółem: 92.28 g; Tłuszcz: 72.29 g; Kw. tł. nasy.: 34.47 g; Węglowodany ogółem: 345.71 g; W tym cukry: 95.65 g; Błonnik pok.: 26.20 g; Sól: 8.74 g;		Wartość energetyczna: 2195.20 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 64.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 320.45 g; W tym cukry: 68.90 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2288.46 kcal; Białko ogółem: 96.74 g; Tłuszcz: 80.60 g; Kw. tł. nasy.: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 310.48 g; W tym cukry: 64.82 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sól: 9.74 g;	Wartość energetyczna: 2306.22 kcal; Białko ogółem: 90.19 g; Tłuszcz: 70.34 g; Kw. tł. nasy.: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 341.04 g; W tym cukry: 74.12 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 1683.55 kcal; Białko ogółem: 81.86 g; Tłuszcz: 45.23 g; Kw. tł. nasy.: 18.37 g; Węglowodany ogółem: 251.75 g; W tym cukry: 34.27 g; Błonnik pok.: 28.89 g; Sól: 7.62 g;

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-20 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Ser topiony 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka () 200 g (***GOR,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka () 100 g (***GOR,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka () 100 g (***GOR,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)			Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 10 g Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2656.55 kcal; Białko ogółem: 101.98 g; Tłuszcz: 101.29 g; Kw. tł. nasy.: 48.99 g; Węglowodany ogółem: 350.38 g; W tym cukry: 78.79 g; Błonnik pok.: 34.92 g; Sól: 10.11 g;	Wartość energetyczna: 2579.40 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 91.47 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 346.45 g; W tym cukry: 75.06 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 6.44 g;	Wartość energetyczna: 2610.58 kcal; Białko ogółem: 106.94 g; Tłuszcz: 91.25 g; Kw. tł. nasy.: 39.75 g; Węglowodany ogółem: 352.71 g; W tym cukry: 82.36 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 6.66 g;		Wartość energetyczna: 2412.35 kcal; Białko ogółem: 101.04 g; Tłuszcz: 86.92 g; Kw. tł. nasy.: 35.47 g; Węglowodany ogółem: 325.13 g; W tym cukry: 77.85 g; Błonnik pok.: 38.78 g; Sól: 9.77 g;	Wartość energetyczna: 2367.10 kcal; Białko ogółem: 106.16 g; Tłuszcz: 82.91 g; Kw. tł. nasy.: 39.32 g; Węglowodany ogółem: 315.56 g; W tym cukry: 67.16 g; Błonnik pok.: 36.95 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2511.47 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 86.77 g; Kw. tł. nasy.: 38.81 g; Węglowodany ogółem: 343.26 g; W tym cukry: 72.87 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 1814.52 kcal; Białko ogółem: 90.69 g; Tłuszcz: 58.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 246.23 g; W tym cukry: 39.87 g; Błonnik pok.: 32.37 g; Sól: 6.58 g;

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-21 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 25g 2 szt Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 72% 20 g Twarożek 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Dżem brzoskwiniowy 25g 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2608.58 kcal; Białko ogółem: 104.83 g; Tłuszcz: 84.60 g; Kw. tł. nasy.: 37.80 g; Węglowodany ogółem: 366.94 g; W tym cukry: 116.58 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 6.28 g;	Wartość energetyczna: 2637.52 kcal; Białko ogółem: 101.12 g; Tłuszcz: 90.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 365.86 g; W tym cukry: 115.39 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2681.26 kcal; Białko ogółem: 110.05 g; Tłuszcz: 89.92 g; Kw. tł. nasy.: 39.02 g; Węglowodany ogółem: 369.12 g; W tym cukry: 117.49 g; Błonnik pok.: 30.24 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2453.27 kcal; Białko ogółem: 103.54 g; Tłuszcz: 80.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; W tym cukry: 113.10 g; Błonnik pok.: 33.42 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 2431.77 kcal; Białko ogółem: 108.97 g; Tłuszcz: 98.60 g; Kw. tł. nasy.: 45.98 g; Węglowodany ogółem: 296.18 g; W tym cukry: 70.45 g; Błonnik pok.: 35.77 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2579.37 kcal; Białko ogółem: 119.76 g; Tłuszcz: 92.68 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 330.84 g; W tym cukry: 80.37 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 9.38 g;	Wartość energetyczna: 1918.87 kcal; Białko ogółem: 92.85 g; Tłuszcz: 73.44 g; Kw. tł. nasy.: 30.42 g; Węglowodany ogółem: 238.43 g; W tym cukry: 44.03 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 6.66 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-22 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 200 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g			Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2711.24 kcal; Białko ogółem: 112.04 g; Tłuszcz: 93.01 g; Kw. tł. nasy.: 40.11 g; Węglowodany ogółem: 372.43 g; W tym cukry: 76.65 g; Błonnik pok.: 34.02 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2554.36 kcal; Białko ogółem: 113.61 g; Tłuszcz: 78.64 g; Kw. tł. nasy.: 38.86 g; Węglowodany ogółem: 359.76 g; W tym cukry: 77.10 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2592.93 kcal; Białko ogółem: 115.09 g; Tłuszcz: 78.42 g; Kw. tł. nasy.: 38.80 g; Węglowodany ogółem: 366.30 g; W tym cukry: 74.39 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 6.46 g;		Wartość energetyczna: 2517.93 kcal; Białko ogółem: 112.62 g; Tłuszcz: 83.54 g; Kw. tł. nasy.: 29.70 g; Węglowodany ogółem: 346.48 g; W tym cukry: 74.21 g; Błonnik pok.: 36.27 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2547.25 kcal; Białko ogółem: 109.62 g; Tłuszcz: 89.63 g; Kw. tł. nasy.: 40.47 g; Węglowodany ogółem: 342.67 g; W tym cukry: 76.23 g; Błonnik pok.: 35.10 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2510.23 kcal; Białko ogółem: 108.08 g; Tłuszcz: 74.85 g; Kw. tł. nasy.: 37.98 g; Węglowodany ogółem: 360.61 g; W tym cukry: 73.03 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 1937.04 kcal; Białko ogółem: 95.26 g; Tłuszcz: 63.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.56 g; Węglowodany ogółem: 262.13 g; W tym cukry: 39.34 g; Błonnik pok.: 32.09 g; Sól: 6.57 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-23 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml		
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2499.78 kcal; Białko ogółem: 123.79 g; Tłuszcz: 105.80 g; Kw. tł. nasy.: 47.65 g; Węglowodany ogółem: 277.17 g; W tym cukry: 56.19 g; Błonnik pok.: 24.78 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2410.98 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 88.77 g; Kw. tł. nasy.: 38.86 g; Węglowodany ogółem: 294.58 g; W tym cukry: 65.78 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2361.08 kcal; Białko ogółem: 113.17 g; Tłuszcz: 85.14 g; Kw. tł. nasy.: 37.75 g; Węglowodany ogółem: 296.76 g; W tym cukry: 67.91 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sól: 6.89 g;		Wartość energetyczna: 2317.19 kcal; Białko ogółem: 124.54 g; Tłuszcz: 97.67 g; Kw. tł. nasy.: 37.32 g; Węglowodany ogółem: 251.54 g; W tym cukry: 54.05 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2480.00 kcal; Białko ogółem: 137.06 g; Tłuszcz: 106.67 g; Kw. tł. nasy.: 50.69 g; Węglowodany ogółem: 258.93 g; W tym cukry: 45.56 g; Błonnik pok.: 29.96 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2464.99 kcal; Białko ogółem: 128.25 g; Tłuszcz: 90.98 g; Kw. tł. nasy.: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 294.14 g; W tym cukry: 59.04 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 1960.41 kcal; Białko ogółem: 122.54 g; Tłuszcz: 70.45 g; Kw. tł. nasy.: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 222.92 g; W tym cukry: 39.32 g; Błonnik pok.: 26.81 g; Sól: 5.31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-24 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 200 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2447.30 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 81.18 g; Kw. tł. nasy.: 42.08 g; Węglowodany ogółem: 343.21 g; W tym cukry: 71.13 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2348.10 kcal; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 71.46 g; Kw. tł. nasy.: 39.88 g; Węglowodany ogółem: 345.32 g; W tym cukry: 72.79 g; Błonnik pok.: 19.24 g; Sól: 4.72 g;	Wartość energetyczna: 2390.88 kcal; Białko ogółem: 85.38 g; Tłuszcz: 69.73 g; Kw. tł. nasy.: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 362.57 g; W tym cukry: 89.11 g; Błonnik pok.: 18.77 g; Sól: 4.84 g;		Wartość energetyczna: 2266.10 kcal; Białko ogółem: 92.73 g; Tłuszcz: 73.81 g; Kw. tł. nasy.: 31.86 g; Węglowodany ogółem: 318.01 g; W tym cukry: 70.24 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2258.77 kcal; Białko ogółem: 89.02 g; Tłuszcz: 76.72 g; Kw. tł. nasy.: 41.05 g; Węglowodany ogółem: 313.28 g; W tym cukry: 68.28 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2298.35 kcal; Białko ogółem: 77.68 g; Tłuszcz: 65.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.26 g; Węglowodany ogółem: 357.98 g; W tym cukry: 85.77 g; Błonnik pok.: 19.11 g; Sól: 5.80 g;	Wartość energetyczna: 1598.52 kcal; Białko ogółem: 73.04 g; Tłuszcz: 48.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 225.59 g; W tym cukry: 30.84 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 5.37 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-25 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok pomidorowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z makreli wędzonej z warzywami *() 100 g (***RYB, SEL,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 100 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z makreli wędzonej z warzywami *() 100 g (***RYB, SEL,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z makreli wędzonej z warzywami *() 100 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 100 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2737.61 kcal; Białko ogółem: 112.24 g; Tłuszcz: 96.28 g; Kw. tł. nasy.: 40.50 g; Węglowodany ogółem: 371.26 g; W tym cukry: 61.03 g; Błonnik pok.: 38.54 g; Sól: 9.31 g;	Wartość energetyczna: 2470.41 kcal; Białko ogółem: 105.53 g; Tłuszcz: 74.96 g; Kw. tł. nasy.: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 357.99 g; W tym cukry: 72.11 g; Błonnik pok.: 35.48 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2439.82 kcal; Białko ogółem: 99.49 g; Tłuszcz: 69.75 g; Kw. tł. nasy.: 34.08 g; Węglowodany ogółem: 368.18 g; W tym cukry: 69.18 g; Błonnik pok.: 34.85 g; Sól: 8.57 g;		Wartość energetyczna: 2561.58 kcal; Białko ogółem: 111.21 g; Tłuszcz: 89.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 347.64 g; W tym cukry: 62.90 g; Błonnik pok.: 43.83 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2435.07 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz: 89.11 g; Kw. tł. nasy.: 37.88 g; Węglowodany ogółem: 324.30 g; W tym cukry: 58.14 g; Błonnik pok.: 40.14 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2336.27 kcal; Białko ogółem: 92.73 g; Tłuszcz: 65.95 g; Kw. tł. nasy.: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 358.05 g; W tym cukry: 57.90 g; Błonnik pok.: 36.46 g; Sól: 9.60 g;	Wartość energetyczna: 1745.87 kcal; Białko ogółem: 89.64 g; Tłuszcz: 48.17 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 254.14 g; W tym cukry: 32.16 g; Błonnik pok.: 36.95 g; Sól: 5.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-26 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)				Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 30 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2597.14 kcal; Białko ogółem: 110.19 g; Tłuszcz: 93.14 g; Kw. tł. nasy.: 45.19 g; Węglowodany ogółem: 340.58 g; W tym cukry: 91.91 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2525.11 kcal; Białko ogółem: 110.26 g; Tłuszcz: 85.68 g; Kw. tł. nasy.: 44.86 g; Węglowodany ogółem: 333.67 g; W tym cukry: 86.68 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 6.27 g;	Wartość energetyczna: 2554.30 kcal; Białko ogółem: 96.71 g; Tłuszcz: 82.28 g; Kw. tł. nasy.: 41.55 g; Węglowodany ogółem: 364.10 g; W tym cukry: 98.42 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.12 g;		Wartość energetyczna: 2330.65 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 75.43 g; Kw. tł. nasy.: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 318.42 g; W tym cukry: 80.08 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2367.60 kcal; Białko ogółem: 116.98 g; Tłuszcz: 83.66 g; Kw. tł. nasy.: 40.41 g; Węglowodany ogółem: 297.89 g; W tym cukry: 65.87 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2504.60 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz: 76.54 g; Kw. tł. nasy.: 37.02 g; Węglowodany ogółem: 360.48 g; W tym cukry: 85.37 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 1779.21 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 59.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 217.09 g; W tym cukry: 29.28 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 6.53 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-27 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pączek 1 szt (***GLU PSZ, JAJ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,***)		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g			Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2977.74 kcal; Białko ogółem: 102.87 g; Tłuszcz: 106.14 g; Kw. tł. nasy.: 45.61 g; Węglowodany ogółem: 415.50 g; W tym cukry: 103.46 g; Błonnik pok.: 35.82 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2725.04 kcal; Białko ogółem: 107.10 g; Tłuszcz: 85.46 g; Kw. tł. nasy.: 38.67 g; Węglowodany ogółem: 393.61 g; W tym cukry: 79.98 g; Błonnik pok.: 27.39 g; Sól: 5.94 g;	Wartość energetyczna: 2755.74 kcal; Białko ogółem: 107.31 g; Tłuszcz: 85.23 g; Kw. tł. nasy.: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 399.77 g; W tym cukry: 87.24 g; Błonnik pok.: 27.73 g; Sól: 6.15 g;		Wartość energetyczna: 2668.16 kcal; Białko ogółem: 102.41 g; Tłuszcz: 88.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 375.46 g; W tym cukry: 83.84 g; Błonnik pok.: 42.77 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 2572.10 kcal; Białko ogółem: 108.64 g; Tłuszcz: 91.74 g; Kw. tł. nasy.: 38.57 g; Węglowodany ogółem: 335.42 g; W tym cukry: 53.79 g; Błonnik pok.: 45.60 g; Sól: 6.25 g;	Wartość energetyczna: 2574.48 kcal; Białko ogółem: 109.54 g; Tłuszcz: 80.83 g; Kw. tł. nasy.: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 359.87 g; W tym cukry: 55.82 g; Błonnik pok.: 31.24 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 1985.51 kcal; Białko ogółem: 85.50 g; Tłuszcz: 63.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.72 g; Węglowodany ogółem: 274.91 g; W tym cukry: 31.21 g; Błonnik pok.: 40.81 g; Sól: 4.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-28 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Mandarynka 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)			Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 200 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2829.88 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz: 106.46 g; Kw. tł. nasy.: 41.54 g; Węglowodany ogółem: 371.30 g; W tym cukry: 83.12 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 2703.77 kcal; Białko ogółem: 105.55 g; Tłuszcz: 88.76 g; Kw. tł. nasy.: 40.43 g; Węglowodany ogółem: 380.33 g; W tym cukry: 92.97 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 6.09 g;	Wartość energetyczna: 2807.00 kcal; Białko ogółem: 113.96 g; Tłuszcz: 95.24 g; Kw. tł. nasy.: 42.37 g; Węglowodany ogółem: 383.41 g; W tym cukry: 95.12 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2529.22 kcal; Białko ogółem: 122.32 g; Tłuszcz: 93.77 g; Kw. tł. nasy.: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 312.13 g; W tym cukry: 85.79 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2466.46 kcal; Białko ogółem: 119.13 g; Tłuszcz: 95.19 g; Kw. tł. nasy.: 39.88 g; Węglowodany ogółem: 298.55 g; W tym cukry: 75.51 g; Błonnik pok.: 32.19 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2621.94 kcal; Białko ogółem: 122.58 g; Tłuszcz: 92.83 g; Kw. tł. nasy.: 41.53 g; Węglowodany ogółem: 336.56 g; W tym cukry: 80.67 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 1918.95 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 71.95 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; Węglowodany ogółem: 225.60 g; W tym cukry: 39.30 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 6.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-03-01 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***)
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2822.19 kcal; Białko ogółem: 112.02 g; Tłuszcz: 106.03 g; Kw. tł. nasy.: 42.67 g; Węglowodany ogółem: 366.32 g; W tym cukry: 81.79 g; Błonnik pok.: 30.81 g; Sól: 11.75 g;	Wartość energetyczna: 2529.03 kcal; Białko ogółem: 102.12 g; Tłuszcz: 78.74 g; Kw. tł. nasy.: 34.72 g; Węglowodany ogółem: 366.33 g; W tym cukry: 79.78 g; Błonnik pok.: 28.85 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2528.61 kcal; Białko ogółem: 102.48 g; Tłuszcz: 68.45 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 387.19 g; W tym cukry: 101.25 g; Błonnik pok.: 27.23 g; Sól: 8.49 g;		Wartość energetyczna: 2393.83 kcal; Białko ogółem: 102.95 g; Tłuszcz: 82.47 g; Kw. tł. nasy.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 326.78 g; W tym cukry: 76.26 g; Błonnik pok.: 33.90 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2405.86 kcal; Białko ogółem: 108.41 g; Tłuszcz: 90.20 g; Kw. tł. nasy.: 36.27 g; Węglowodany ogółem: 305.62 g; W tym cukry: 57.58 g; Błonnik pok.: 32.51 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 2423.43 kcal; Białko ogółem: 105.35 g; Tłuszcz: 68.59 g; Kw. tł. nasy.: 34.80 g; Węglowodany ogółem: 356.76 g; W tym cukry: 71.21 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 1853.89 kcal; Białko ogółem: 86.55 g; Tłuszcz: 62.71 g; Kw. tł. nasy.: 19.02 g; Węglowodany ogółem: 249.75 g; W tym cukry: 39.77 g; Błonnik pok.: 28.69 g; Sól: 7.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-03-02 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mus mango,banan,jabłko,ananas,dynia,marchew 100g 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2286.64 kcal; Białko ogółem: 91.73 g; Tłuszcz: 86.86 g; Kw. tł. nasy.: 39.83 g; Węglowodany ogółem: 297.96 g; W tym cukry: 54.67 g; Błonnik pok.: 26.73 g; Sól: 6.54 g;	Wartość energetyczna: 1934.99 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 55.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 262.76 g; W tym cukry: 38.36 g; Błonnik pok.: 16.09 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2048.32 kcal; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 59.41 g; Kw. tł. nasy.: 30.02 g; Węglowodany ogółem: 294.69 g; W tym cukry: 51.97 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sól: 6.84 g;		Wartość energetyczna: 1864.94 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 53.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 259.56 g; W tym cukry: 53.83 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 2193.40 kcal; Białko ogółem: 114.79 g; Tłuszcz: 75.84 g; Kw. tł. nasy.: 42.88 g; Węglowodany ogółem: 274.10 g; W tym cukry: 51.43 g; Błonnik pok.: 28.59 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2227.34 kcal; Białko ogółem: 106.58 g; Tłuszcz: 64.05 g; Kw. tł. nasy.: 33.44 g; Węglowodany ogółem: 317.82 g; W tym cukry: 55.30 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sól: 8.14 g;	Wartość energetyczna: 1647.26 kcal; Białko ogółem: 99.64 g; Tłuszcz: 38.98 g; Kw. tł. nasy.: 17.45 g; Węglowodany ogółem: 233.63 g; W tym cukry: 39.96 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 4.78 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-17 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 150 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 300 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)			Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2442.01 kcal; Białko ogółem: 110.39 g; Tłuszcz: 75.30 g; Kw. tł. nasy.: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 336.71 g; W tym cukry: 73.08 g; Błonnik pok.: 20.69 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 2031.25 kcal; Białko ogółem: 62.96 g; Tłuszcz: 60.90 g; Kw. tł. nasy.: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 313.02 g; W tym cukry: 44.46 g; Błonnik pok.: 18.56 g; Sól: 4.44 g;	Wartość energetyczna: 2094.65 kcal; Białko ogółem: 64.21 g; Tłuszcz: 68.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 308.56 g; W tym cukry: 63.71 g; Błonnik pok.: 12.82 g; Sól: 2.94 g;	Wartość energetyczna: 2670.14 kcal; Białko ogółem: 94.89 g; Tłuszcz: 97.05 g; Kw. tł. nasy.: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 361.51 g; W tym cukry: 70.45 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2464.41 kcal; Białko ogółem: 103.95 g; Tłuszcz: 63.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 374.09 g; W tym cukry: 82.85 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2439.11 kcal; Białko ogółem: 119.30 g; Tłuszcz: 116.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 240.21 g; W tym cukry: 113.92 g; Błonnik pok.: 23.73 g; Sól: 4.93 g;	Wartość energetyczna: 2423.00 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Tłuszcz: 67.64 g; Kw. tł. nasy.: 36.73 g; Węglowodany ogółem: 381.39 g; W tym cukry: 83.18 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 7.93 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-18 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Bitka z szynki wieprzowej 150 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Bitka z szynki wieprzowej 50 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz sojowy z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 60 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 3144.02 kcal; Białko ogółem: 152.96 g; Tłuszcz: 110.86 g; Kw. tł. nasy.: 46.40 g; Węglowodany ogółem: 393.11 g; W tym cukry: 84.29 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2224.54 kcal; Białko ogółem: 66.05 g; Tłuszcz: 76.42 g; Kw. tł. nasy.: 34.89 g; Węglowodany ogółem: 328.22 g; W tym cukry: 44.31 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 4.80 g;	Wartość energetyczna: 2535.94 kcal; Białko ogółem: 95.72 g; Tłuszcz: 97.04 g; Kw. tł. nasy.: 39.85 g; Węglowodany ogółem: 324.69 g; W tym cukry: 73.57 g; Błonnik pok.: 19.38 g; Sól: 3.84 g;	Wartość energetyczna: 2821.88 kcal; Białko ogółem: 109.04 g; Tłuszcz: 91.49 g; Kw. tł. nasy.: 47.64 g; Węglowodany ogółem: 394.63 g; W tym cukry: 79.45 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 3080.79 kcal; Białko ogółem: 133.64 g; Tłuszcz: 88.72 g; Kw. tł. nasy.: 43.87 g; Węglowodany ogółem: 450.91 g; W tym cukry: 92.15 g; Błonnik pok.: 31.55 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2449.29 kcal; Białko ogółem: 127.22 g; Tłuszcz: 122.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.06 g; Węglowodany ogółem: 219.12 g; W tym cukry: 103.85 g; Błonnik pok.: 19.71 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 3000.41 kcal; Białko ogółem: 130.47 g; Tłuszcz: 102.92 g; Kw. tł. nasy.: 54.26 g; Węglowodany ogółem: 399.37 g; W tym cukry: 82.77 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 8.01 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-19 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Pulpet drobiowy 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 150 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 50 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2512.54 kcal; Białko ogółem: 116.15 g; Tłuszcz: 75.20 g; Kw. tł. nasy.: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 355.29 g; W tym cukry: 72.91 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 1936.91 kcal; Białko ogółem: 58.82 g; Tłuszcz: 59.89 g; Kw. tł. nasy.: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 302.61 g; W tym cukry: 44.87 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 2140.32 kcal; Białko ogółem: 78.89 g; Tłuszcz: 69.56 g; Kw. tł. nasy.: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 306.65 g; W tym cukry: 64.92 g; Błonnik pok.: 19.44 g; Sól: 4.21 g;	Wartość energetyczna: 2437.93 kcal; Białko ogółem: 98.97 g; Tłuszcz: 89.79 g; Kw. tł. nasy.: 47.95 g; Węglowodany ogółem: 318.86 g; W tym cukry: 74.03 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2453.23 kcal; Białko ogółem: 96.57 g; Tłuszcz: 68.50 g; Kw. tł. nasy.: 32.42 g; Węglowodany ogółem: 374.86 g; W tym cukry: 102.02 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2454.48 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 116.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 235.04 g; W tym cukry: 90.42 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2539.25 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 76.64 g; Kw. tł. nasy.: 38.89 g; Węglowodany ogółem: 370.63 g; W tym cukry: 80.77 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 9.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-20 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kaszotto jaglane z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 75 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 25 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2780.46 kcal; Białko ogółem: 132.90 g; Tłuszcz: 97.73 g; Kw. tł. nasy.: 42.35 g; Węglowodany ogółem: 353.91 g; W tym cukry: 69.46 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2231.87 kcal; Białko ogółem: 67.22 g; Tłuszcz: 74.62 g; Kw. tł. nasy.: 35.27 g; Węglowodany ogółem: 333.74 g; W tym cukry: 43.28 g; Błonnik pok.: 27.08 g; Sól: 5.72 g;	Wartość energetyczna: 2424.18 kcal; Białko ogółem: 84.22 g; Tłuszcz: 92.13 g; Kw. tł. nasy.: 36.86 g; Węglowodany ogółem: 319.55 g; W tym cukry: 66.05 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sól: 4.01 g;	Wartość energetyczna: 2697.95 kcal; Białko ogółem: 92.36 g; Tłuszcz: 109.54 g; Kw. tł. nasy.: 46.31 g; Węglowodany ogółem: 341.04 g; W tym cukry: 74.40 g; Błonnik pok.: 35.93 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2722.28 kcal; Białko ogółem: 113.00 g; Tłuszcz: 90.91 g; Kw. tł. nasy.: 39.31 g; Węglowodany ogółem: 376.51 g; W tym cukry: 86.57 g; Błonnik pok.: 31.93 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 124.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 217.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2934.90 kcal; Białko ogółem: 116.06 g; Tłuszcz: 112.66 g; Kw. tł. nasy.: 49.77 g; Węglowodany ogółem: 377.46 g; W tym cukry: 81.76 g; Błonnik pok.: 33.92 g; Sól: 8.86 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-21 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 75 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 25g 3 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza gryczana na mleku 400 g (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 25g 2 szt Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 150 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk)(bez glutenu) 100 g (***JAJ, RYB,***) Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos pieczarkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 150 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 50 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2882.81 kcal; Białko ogółem: 125.83 g; Tłuszcz: 104.15 g; Kw. tł. nasy.: 41.62 g; Węglowodany ogółem: 371.48 g; W tym cukry: 116.87 g; Błonnik pok.: 29.97 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2241.90 kcal; Białko ogółem: 56.07 g; Tłuszcz: 74.01 g; Kw. tł. nasy.: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 348.99 g; W tym cukry: 100.10 g; Błonnik pok.: 31.03 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2379.78 kcal; Białko ogółem: 66.66 g; Tłuszcz: 90.83 g; Kw. tł. nasy.: 34.92 g; Węglowodany ogółem: 331.72 g; W tym cukry: 106.80 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 3.86 g;	Wartość energetyczna: 2854.18 kcal; Białko ogółem: 97.12 g; Tłuszcz: 108.30 g; Kw. tł. nasy.: 39.46 g; Węglowodany ogółem: 381.60 g; W tym cukry: 118.51 g; Błonnik pok.: 28.35 g; Sól: 5.46 g;	Wartość energetyczna: 2819.09 kcal; Białko ogółem: 117.89 g; Tłuszcz: 89.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.64 g; Węglowodany ogółem: 398.41 g; W tym cukry: 123.01 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2494.93 kcal; Białko ogółem: 124.95 g; Tłuszcz: 116.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 246.57 g; W tym cukry: 106.51 g; Błonnik pok.: 17.48 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 2786.45 kcal; Białko ogółem: 123.87 g; Tłuszcz: 101.00 g; Kw. tł. nasy.: 47.35 g; Węglowodany ogółem: 361.96 g; W tym cukry: 86.32 g; Błonnik pok.: 32.63 g; Sól: 9.94 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-22 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 150 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Bitka wołowa 50 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa (bez glutenu) 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (***SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wołowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 150 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2768.60 kcal; Białko ogółem: 140.73 g; Tłuszcz: 88.37 g; Kw. tł. nasy.: 40.63 g; Węglowodany ogółem: 364.37 g; W tym cukry: 77.33 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2030.12 kcal; Białko ogółem: 62.71 g; Tłuszcz: 59.35 g; Kw. tł. nasy.: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 322.72 g; W tym cukry: 43.99 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 5.14 g;	Wartość energetyczna: 2391.19 kcal; Białko ogółem: 88.67 g; Tłuszcz: 83.46 g; Kw. tł. nasy.: 35.87 g; Węglowodany ogółem: 328.60 g; W tym cukry: 67.57 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 4.91 g;	Wartość energetyczna: 2679.90 kcal; Białko ogółem: 84.03 g; Tłuszcz: 99.70 g; Kw. tł. nasy.: 45.59 g; Węglowodany ogółem: 377.22 g; W tym cukry: 81.51 g; Błonnik pok.: 34.77 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 2757.23 kcal; Białko ogółem: 121.48 g; Tłuszcz: 77.79 g; Kw. tł. nasy.: 38.26 g; Węglowodany ogółem: 405.37 g; W tym cukry: 78.59 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2447.98 kcal; Białko ogółem: 123.40 g; Tłuszcz: 122.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 223.32 g; W tym cukry: 100.45 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2854.11 kcal; Białko ogółem: 114.91 g; Tłuszcz: 93.62 g; Kw. tł. nasy.: 50.27 g; Węglowodany ogółem: 398.89 g; W tym cukry: 90.17 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 8.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-23 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 150 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Budyń z udźca kurczaka 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet z jaj 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Budyń z udźca kurczaka 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - rosół z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 75 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 25 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2498.69 kcal; Białko ogółem: 129.81 g; Tłuszcz: 90.55 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 302.19 g; W tym cukry: 67.12 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2032.16 kcal; Białko ogółem: 63.36 g; Tłuszcz: 63.01 g; Kw. tł. nasy.: 33.40 g; Węglowodany ogółem: 315.92 g; W tym cukry: 57.75 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 2259.19 kcal; Białko ogółem: 94.64 g; Tłuszcz: 90.88 g; Kw. tł. nasy.: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 269.55 g; W tym cukry: 57.12 g; Błonnik pok.: 17.26 g; Sól: 3.58 g;	Wartość energetyczna: 2494.12 kcal; Białko ogółem: 71.59 g; Tłuszcz: 102.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 329.56 g; W tym cukry: 68.45 g; Błonnik pok.: 24.49 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2558.03 kcal; Białko ogółem: 108.24 g; Tłuszcz: 70.54 g; Kw. tł. nasy.: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 385.46 g; W tym cukry: 89.45 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2471.94 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 241.63 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2634.53 kcal; Białko ogółem: 140.28 g; Tłuszcz: 106.71 g; Kw. tł. nasy.: 48.21 g; Węglowodany ogółem: 292.11 g; W tym cukry: 47.80 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sól: 9.11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-24 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 150 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 50 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - wielowarzywna z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2471.56 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw. tł. nasy.: 42.02 g; Węglowodany ogółem: 350.85 g; W tym cukry: 76.81 g; Błonnik pok.: 19.26 g; Sól: 4.91 g;	Wartość energetyczna: 2029.06 kcal; Białko ogółem: 53.97 g; Tłuszcz: 61.34 g; Kw. tł. nasy.: 34.80 g; Węglowodany ogółem: 322.81 g; W tym cukry: 42.91 g; Błonnik pok.: 19.87 g; Sól: 3.96 g;	Wartość energetyczna: 2202.86 kcal; Białko ogółem: 67.14 g; Tłuszcz: 72.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.34 g; Węglowodany ogółem: 324.01 g; W tym cukry: 66.34 g; Błonnik pok.: 14.69 g; Sól: 3.52 g;	Wartość energetyczna: 2396.30 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 81.20 g; Kw. tł. nasy.: 44.84 g; Węglowodany ogółem: 342.07 g; W tym cukry: 67.07 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2443.07 kcal; Białko ogółem: 89.94 g; Tłuszcz: 68.11 g; Kw. tł. nasy.: 36.65 g; Węglowodany ogółem: 376.06 g; W tym cukry: 92.18 g; Błonnik pok.: 19.58 g; Sól: 4.48 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2534.01 kcal; Białko ogółem: 130.40 g; Tłuszcz: 125.65 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 231.08 g; W tym cukry: 104.10 g; Błonnik pok.: 22.04 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 2732.17 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz: 92.07 g; Kw. tł. nasy.: 49.32 g; Węglowodany ogółem: 399.58 g; W tym cukry: 98.28 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 7.79 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-25 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 75 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 25 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Roszponka 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jaglana na sypko 200 g Zrazik wołowy mielony (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos ziołowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz z soczewicy i papryki () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 150 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 50 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 100 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2682.02 kcal; Białko ogółem: 130.28 g; Tłuszcz: 83.15 g; Kw. tł. nasy.: 36.06 g; Węglowodany ogółem: 368.52 g; W tym cukry: 73.75 g; Błonnik pok.: 37.15 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2081.50 kcal; Białko ogółem: 63.46 g; Tłuszcz: 66.20 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 323.01 g; W tym cukry: 46.87 g; Błonnik pok.: 35.33 g; Sól: 5.71 g;	Wartość energetyczna: 2277.51 kcal; Białko ogółem: 81.66 g; Tłuszcz: 79.75 g; Kw. tł. nasy.: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 316.35 g; W tym cukry: 62.68 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 2.88 g;	Wartość energetyczna: 2449.20 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 372.43 g; W tym cukry: 68.37 g; Błonnik pok.: 36.40 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2696.02 kcal; Białko ogółem: 109.40 g; Tłuszcz: 75.21 g; Kw. tł. nasy.: 34.05 g; Węglowodany ogółem: 412.38 g; W tym cukry: 73.23 g; Błonnik pok.: 38.18 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2373.20 kcal; Białko ogółem: 122.23 g; Tłuszcz: 114.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 220.37 g; W tym cukry: 95.01 g; Błonnik pok.: 21.86 g; Sól: 4.05 g;	Wartość energetyczna: 2800.20 kcal; Białko ogółem: 120.48 g; Tłuszcz: 82.96 g; Kw. tł. nasy.: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 410.52 g; W tym cukry: 65.12 g; Błonnik pok.: 42.53 g; Sól: 8.59 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-26 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 150 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 230 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Klopsik drobiowy z udźca 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ryżem () 400 g (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 350 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Klopsik drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 75 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 25 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2870.02 kcal; Białko ogółem: 145.41 g; Tłuszcz: 104.77 g; Kw. tł. nasy.: 51.43 g; Węglowodany ogółem: 341.78 g; W tym cukry: 93.82 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 1952.89 kcal; Białko ogółem: 56.43 g; Tłuszcz: 56.03 g; Kw. tł. nasy.: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 311.69 g; W tym cukry: 46.95 g; Błonnik pok.: 21.88 g; Sól: 5.15 g;	Wartość energetyczna: 2395.60 kcal; Białko ogółem: 87.68 g; Tłuszcz: 89.28 g; Kw. tł. nasy.: 42.36 g; Węglowodany ogółem: 309.05 g; W tym cukry: 82.82 g; Błonnik pok.: 17.90 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 2394.72 kcal; Białko ogółem: 81.99 g; Tłuszcz: 88.64 g; Kw. tł. nasy.: 49.19 g; Węglowodany ogółem: 322.38 g; W tym cukry: 100.24 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2663.70 kcal; Białko ogółem: 103.65 g; Tłuszcz: 82.11 g; Kw. tł. nasy.: 41.14 g; Węglowodany ogółem: 386.04 g; W tym cukry: 102.69 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 6.85 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2522.56 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 121.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 237.97 g; W tym cukry: 99.87 g; Błonnik pok.: 14.76 g; Sól: 4.07 g;	Wartość energetyczna: 3011.21 kcal; Białko ogółem: 123.35 g; Tłuszcz: 115.29 g; Kw. tł. nasy.: 53.33 g; Węglowodany ogółem: 376.57 g; W tym cukry: 92.45 g; Błonnik pok.: 21.58 g; Sól: 9.88 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-27 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pączek 1 szt (***GLU PSZ, JAJ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 300 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g (***SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemn () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 150 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2896.77 kcal; Białko ogółem: 125.96 g; Tłuszcz: 93.90 g; Kw. tł. nasy.: 41.20 g; Węglowodany ogółem: 399.03 g; W tym cukry: 82.85 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 2420.57 kcal; Białko ogółem: 74.09 g; Tłuszcz: 77.49 g; Kw. tł. nasy.: 36.24 g; Węglowodany ogółem: 369.13 g; W tym cukry: 53.66 g; Błonnik pok.: 26.74 g; Sól: 5.31 g;	Wartość energetyczna: 2339.94 kcal; Białko ogółem: 78.64 g; Tłuszcz: 79.61 g; Kw. tł. nasy.: 33.45 g; Węglowodany ogółem: 335.94 g; W tym cukry: 73.54 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sól: 3.55 g;	Wartość energetyczna: 3019.29 kcal; Białko ogółem: 91.24 g; Tłuszcz: 108.39 g; Kw. tł. nasy.: 49.02 g; Węglowodany ogółem: 430.38 g; W tym cukry: 108.21 g; Błonnik pok.: 32.64 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2887.09 kcal; Białko ogółem: 113.19 g; Tłuszcz: 84.86 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 428.49 g; W tym cukry: 90.83 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 5.87 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2381.92 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 113.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 225.74 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 18.96 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2956.90 kcal; Białko ogółem: 128.63 g; Tłuszcz: 99.72 g; Kw. tł. nasy.: 48.47 g; Węglowodany ogółem: 396.41 g; W tym cukry: 60.57 g; Błonnik pok.: 32.01 g; Sól: 8.00 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-02-28 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 75 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 150 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Ryba pieczona (Morszczuk) 50 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 150 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2958.05 kcal; Białko ogółem: 139.43 g; Tłuszcz: 100.36 g; Kw. tł. nasy.: 42.76 g; Węglowodany ogółem: 383.68 g; W tym cukry: 93.50 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2334.09 kcal; Białko ogółem: 63.79 g; Tłuszcz: 73.41 g; Kw. tł. nasy.: 35.31 g; Węglowodany ogółem: 365.72 g; W tym cukry: 65.78 g; Błonnik pok.: 28.72 g; Sól: 5.22 g;	Wartość energetyczna: 2515.43 kcal; Białko ogółem: 83.34 g; Tłuszcz: 87.81 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 354.31 g; W tym cukry: 81.96 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 3.97 g;	Wartość energetyczna: 2655.96 kcal; Białko ogółem: 85.67 g; Tłuszcz: 90.23 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 383.60 g; W tym cukry: 85.39 g; Błonnik pok.: 22.92 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2961.88 kcal; Białko ogółem: 117.12 g; Tłuszcz: 95.27 g; Kw. tł. nasy.: 42.31 g; Węglowodany ogółem: 420.29 g; W tym cukry: 99.69 g; Błonnik pok.: 27.09 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2563.99 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 123.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2826.20 kcal; Białko ogółem: 123.16 g; Tłuszcz: 89.27 g; Kw. tł. nasy.: 42.51 g; Węglowodany ogółem: 394.41 g; W tym cukry: 110.40 g; Błonnik pok.: 29.24 g; Sól: 8.51 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-03-01 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SÓJ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 150 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 50 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz sojowy z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Selerowa z makaronem () 400 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - selerowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)			Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2689.98 kcal; Białko ogółem: 124.73 g; Tłuszcz: 85.50 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 369.37 g; W tym cukry: 80.06 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sól: 9.81 g;	Wartość energetyczna: 2200.30 kcal; Białko ogółem: 63.27 g; Tłuszcz: 71.02 g; Kw. tł. nasy.: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 339.84 g; W tym cukry: 54.34 g; Błonnik pok.: 28.00 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2371.89 kcal; Białko ogółem: 76.64 g; Tłuszcz: 81.26 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 337.70 g; W tym cukry: 71.82 g; Błonnik pok.: 17.36 g; Sól: 4.84 g;	Wartość energetyczna: 2580.27 kcal; Białko ogółem: 104.42 g; Tłuszcz: 81.72 g; Kw. tł. nasy.: 40.25 g; Węglowodany ogółem: 363.53 g; W tym cukry: 78.97 g; Błonnik pok.: 38.00 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 2653.42 kcal; Białko ogółem: 104.49 g; Tłuszcz: 67.91 g; Kw. tł. nasy.: 33.17 g; Węglowodany ogółem: 420.38 g; W tym cukry: 106.90 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2413.59 kcal; Białko ogółem: 121.07 g; Tłuszcz: 115.98 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 230.64 g; W tym cukry: 106.37 g; Błonnik pok.: 22.01 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 2764.12 kcal; Białko ogółem: 119.80 g; Tłuszcz: 90.23 g; Kw. tł. nasy.: 44.82 g; Węglowodany ogółem: 381.53 g; W tym cukry: 98.37 g; Błonnik pok.: 30.70 g; Sól: 10.25 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-03-02 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 150 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Schab gotowany 50 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaki gotowane () 200 g Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso (schab) mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 75 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 25 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus mango,banan,jabłko,ananas,dynia,marchew 100g 1 szt						Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2104.53 kcal; Białko ogółem: 130.35 g; Tłuszcz: 60.25 g; Kw. tł. nasy.: 30.90 g; Węglowodany ogółem: 264.87 g; W tym cukry: 38.49 g; Błonnik pok.: 16.09 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 1966.99 kcal; Białko ogółem: 74.22 g; Tłuszcz: 59.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.77 g; Węglowodany ogółem: 290.48 g; W tym cukry: 38.73 g; Błonnik pok.: 18.41 g; Sól: 5.16 g;	Wartość energetyczna: 1775.66 kcal; Białko ogółem: 75.06 g; Tłuszcz: 61.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 231.49 g; W tym cukry: 29.29 g; Błonnik pok.: 10.85 g; Sól: 2.03 g;	Wartość energetyczna: 2184.76 kcal; Białko ogółem: 74.18 g; Tłuszcz: 84.08 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 298.41 g; W tym cukry: 54.14 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sól: 5.65 g;	Wartość energetyczna: 2536.68 kcal; Białko ogółem: 111.26 g; Tłuszcz: 74.95 g; Kw. tł. nasy.: 33.79 g; Węglowodany ogółem: 369.19 g; W tym cukry: 71.94 g; Błonnik pok.: 29.91 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2480.95 kcal; Białko ogółem: 121.42 g; Tłuszcz: 114.81 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 245.65 g; W tym cukry: 104.99 g; Błonnik pok.: 15.64 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2304.57 kcal; Białko ogółem: 109.62 g; Tłuszcz: 76.05 g; Kw. tł. nasy.: 45.36 g; Węglowodany ogółem: 301.66 g; W tym cukry: 42.75 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 8.56 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-17 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2234.01 kcal; Białko ogółem: 70.80 g; Tłuszcz: 62.92 g; Kw. tł. nasy.: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 353.31 g; W tym cukry: 81.94 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 6.53 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-18 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 120 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2925.79 kcal; Białko ogółem: 117.64 g; Tłuszcz: 99.06 g; Kw. tł. nasy.: 52.93 g; Węglowodany ogółem: 400.83 g; W tym cukry: 83.84 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 6.70 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-19 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2313.87 kcal; Białko ogółem: 90.00 g; Tłuszcz: 71.61 g; Kw. tł. nasy.: 35.41 g; Węglowodany ogółem: 335.66 g; W tym cukry: 85.93 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 8.00 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-20 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2711.28 kcal; Białko ogółem: 99.08 g; Tłuszcz: 107.01 g; Kw. tł. nasy.: 48.73 g; Węglowodany ogółem: 350.22 g; W tym cukry: 82.84 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sól: 7.65 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-21 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2493.37 kcal; Białko ogółem: 93.55 g; Tłuszcz: 77.43 g; Kw. tł. nasy.: 34.03 g; Węglowodany ogółem: 366.96 g; W tym cukry: 115.08 g; Błonnik pok.: 30.24 g; Sól: 7.54 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-22 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Bitka wołowa 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g
		Wartość energetyczna: 2652.43 kcal; Białko ogółem: 107.69 g; Tłuszcz: 89.42 g; Kw. tł. nasy.: 46.87 g; Węglowodany ogółem: 363.90 g; W tym cukry: 74.89 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 7.47 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-23 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2493.42 kcal; Białko ogółem: 123.35 g; Tłuszcz: 101.05 g; Kw. tł. nasy.: 47.17 g; Węglowodany ogółem: 285.48 g; W tym cukry: 65.86 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 7.96 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-24 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g
		Wartość energetyczna: 2505.95 kcal; Białko ogółem: 74.00 g; Tłuszcz: 86.06 g; Kw. tł. nasy.: 46.14 g; Węglowodany ogółem: 367.56 g; W tym cukry: 88.76 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 7.36 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-25 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wołowy mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2576.58 kcal; Białko ogółem: 103.50 g; Tłuszcz: 77.30 g; Kw. tł. nasy.: 35.81 g; Węglowodany ogółem: 383.28 g; W tym cukry: 66.20 g; Błonnik pok.: 40.12 g; Sól: 7.39 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-26 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2737.29 kcal; Białko ogółem: 114.70 g; Tłuszcz: 110.86 g; Kw. tł. nasy.: 49.91 g; Węglowodany ogółem: 325.92 g; W tym cukry: 75.18 g; Błonnik pok.: 19.12 g; Sól: 8.48 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-27 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,***)
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2823.72 kcal; Białko ogółem: 104.08 g; Tłuszcz: 95.89 g; Kw. tł. nasy.: 45.93 g; Węglowodany ogółem: 397.57 g; W tym cukry: 83.83 g; Błonnik pok.: 27.73 g; Sól: 7.15 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-02-28 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (***MLE,***)
	II ŚN	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2613.26 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 83.59 g; Kw. tł. nasy.: 38.66 g; Węglowodany ogółem: 376.72 g; W tym cukry: 95.03 g; Błonnik pok.: 25.84 g; Sól: 6.68 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-03-01 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2528.63 kcal; Białko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 79.65 g; Kw. tł. nasy.: 41.34 g; Węglowodany ogółem: 368.03 g; W tym cukry: 112.08 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 8.86 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-03-02 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml
	PN	Mus mango,banan,jabłko,ananas,dynia,marchew 100g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2095.96 kcal; Białko ogółem: 99.88 g; Tłuszcz: 68.31 g; Kw. tł. nasy.: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 277.17 g; W tym cukry: 38.12 g; Błonnik pok.: 18.21 g; Sól: 7.37 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-03-03 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g			Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Brokuł gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Brokuł gotowany* 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2492.97 kcal; Białko ogółem: 98.40 g; Tłuszcz: 79.85 g; Kw. tł. nasy.: 34.34 g; Węglowodany ogółem: 358.32 g; W tym cukry: 84.25 g; Błonnik pok.: 27.77 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2298.23 kcal; Białko ogółem: 94.05 g; Tłuszcz: 61.01 g; Kw. tł. nasy.: 32.98 g; Węglowodany ogółem: 356.80 g; W tym cukry: 96.22 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 8.69 g;		Wartość energetyczna: 2285.65 kcal; Białko ogółem: 104.34 g; Tłuszcz: 63.62 g; Kw. tł. nasy.: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 342.65 g; W tym cukry: 77.24 g; Błonnik pok.: 34.93 g; Sól: 9.35 g;	Wartość energetyczna: 2351.45 kcal; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz: 70.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.75 g; Węglowodany ogółem: 337.06 g; W tym cukry: 68.55 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 9.42 g;	Wartość energetyczna: 2270.85 kcal; Białko ogółem: 94.71 g; Tłuszcz: 60.67 g; Kw. tł. nasy.: 33.98 g; Węglowodany ogółem: 349.35 g; W tym cukry: 84.17 g; Błonnik pok.: 27.15 g; Sól: 9.40 g;	Wartość energetyczna: 1737.63 kcal; Białko ogółem: 83.05 g; Tłuszcz: 49.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 255.05 g; W tym cukry: 41.98 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sól: 8.11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-03-04 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jabłko 150 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE,***)	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2678.34 kcal; Białko ogółem: 123.87 g; Tłuszcz: 89.40 g; Kw. tł. nasy.: 41.62 g; Węglowodany ogółem: 350.35 g; W tym cukry: 64.84 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 2627.52 kcal; Białko ogółem: 119.17 g; Tłuszcz: 79.46 g; Kw. tł. nasy.: 38.71 g; Węglowodany ogółem: 364.91 g; W tym cukry: 73.11 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 2711.80 kcal; Białko ogółem: 118.82 g; Tłuszcz: 79.25 g; Kw. tł. nasy.: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 382.32 g; W tym cukry: 90.87 g; Błonnik pok.: 20.68 g; Sól: 7.37 g;		Wartość energetyczna: 2258.85 kcal; Białko ogółem: 117.23 g; Tłuszcz: 70.65 g; Kw. tł. nasy.: 28.59 g; Węglowodany ogółem: 297.44 g; W tym cukry: 66.27 g; Błonnik pok.: 30.90 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2228.20 kcal; Białko ogółem: 116.23 g; Tłuszcz: 76.25 g; Kw. tł. nasy.: 38.19 g; Węglowodany ogółem: 278.31 g; W tym cukry: 55.95 g; Błonnik pok.: 34.74 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 2549.75 kcal; Białko ogółem: 117.37 g; Tłuszcz: 77.42 g; Kw. tł. nasy.: 40.01 g; Węglowodany ogółem: 349.41 g; W tym cukry: 83.58 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 1720.75 kcal; Białko ogółem: 99.74 g; Tłuszcz: 51.47 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; Węglowodany ogółem: 221.37 g; W tym cukry: 32.99 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sól: 7.67 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-03-05 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka () 200 g (***MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 200 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 100 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2574.43 kcal; Białko ogółem: 91.49 g; Tłuszcz: 89.17 g; Kw. tł. nasy.: 46.71 g; Węglowodany ogółem: 371.91 g; W tym cukry: 101.13 g; Błonnik pok.: 40.48 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2398.01 kcal; Białko ogółem: 92.04 g; Tłuszcz: 76.04 g; Kw. tł. nasy.: 34.60 g; Węglowodany ogółem: 352.29 g; W tym cukry: 102.18 g; Błonnik pok.: 33.59 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 2405.15 kcal; Białko ogółem: 89.87 g; Tłuszcz: 75.97 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 357.50 g; W tym cukry: 104.35 g; Błonnik pok.: 34.82 g; Sól: 7.17 g;		Wartość energetyczna: 2227.85 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 69.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 330.73 g; W tym cukry: 87.99 g; Błonnik pok.: 41.95 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2342.84 kcal; Białko ogółem: 88.49 g; Tłuszcz: 85.12 g; Kw. tł. nasy.: 44.64 g; Węglowodany ogółem: 327.22 g; W tym cukry: 81.47 g; Błonnik pok.: 41.56 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2337.84 kcal; Białko ogółem: 84.12 g; Tłuszcz: 71.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.67 g; Węglowodany ogółem: 355.48 g; W tym cukry: 96.46 g; Błonnik pok.: 35.11 g; Sól: 8.19 g;	Wartość energetyczna: 1886.13 kcal; Białko ogółem: 73.45 g; Tłuszcz: 68.90 g; Kw. tł. nasy.: 34.87 g; Węglowodany ogółem: 263.15 g; W tym cukry: 52.87 g; Błonnik pok.: 38.33 g; Sól: 6.73 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-03-06 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Bigos 350 g (***GLU PSZ, SEL, GÓR,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Jabłko 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml			Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2728.17 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 96.52 g; Kw. tł. nasy.: 43.83 g; Węglowodany ogółem: 377.30 g; W tym cukry: 91.59 g; Błonnik pok.: 30.56 g; Sól: 11.22 g;	Wartość energetyczna: 2518.65 kcal; Białko ogółem: 106.37 g; Tłuszcz: 75.57 g; Kw. tł. nasy.: 37.34 g; Węglowodany ogółem: 366.46 g; W tym cukry: 83.65 g; Błonnik pok.: 28.35 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2616.62 kcal; Białko ogółem: 102.43 g; Tłuszcz: 83.80 g; Kw. tł. nasy.: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 374.84 g; W tym cukry: 87.60 g; Błonnik pok.: 28.70 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2706.96 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 89.85 g; Kw. tł. nasy.: 40.85 g; Węglowodany ogółem: 380.84 g; W tym cukry: 85.08 g; Błonnik pok.: 26.72 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2536.60 kcal; Białko ogółem: 109.49 g; Tłuszcz: 84.46 g; Kw. tł. nasy.: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 350.23 g; W tym cukry: 80.86 g; Błonnik pok.: 32.65 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 2402.02 kcal; Białko ogółem: 102.40 g; Tłuszcz: 86.33 g; Kw. tł. nasy.: 36.38 g; Węglowodany ogółem: 320.69 g; W tym cukry: 46.39 g; Błonnik pok.: 34.36 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2395.04 kcal; Białko ogółem: 89.56 g; Tłuszcz: 77.74 g; Kw. tł. nasy.: 37.14 g; Węglowodany ogółem: 349.19 g; W tym cukry: 66.31 g; Błonnik pok.: 34.09 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 1943.15 kcal; Białko ogółem: 91.19 g; Tłuszcz: 65.19 g; Kw. tł. nasy.: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 262.97 g; W tym cukry: 44.29 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 5.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-03-07 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2692.53 kcal; Białko ogółem: 111.83 g; Tłuszcz: 89.29 g; Kw. tł. nasy.: 39.91 g; Węglowodany ogółem: 370.10 g; W tym cukry: 110.53 g; Błonnik pok.: 28.54 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2596.74 kcal; Białko ogółem: 110.50 g; Tłuszcz: 83.99 g; Kw. tł. nasy.: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 356.87 g; W tym cukry: 99.04 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 6.36 g;	Wartość energetyczna: 2699.97 kcal; Białko ogółem: 118.91 g; Tłuszcz: 90.47 g; Kw. tł. nasy.: 41.67 g; Węglowodany ogółem: 359.96 g; W tym cukry: 101.19 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 7.54 g;		Wartość energetyczna: 2444.08 kcal; Białko ogółem: 112.28 g; Tłuszcz: 76.53 g; Kw. tł. nasy.: 29.54 g; Węglowodany ogółem: 338.35 g; W tym cukry: 101.58 g; Błonnik pok.: 31.41 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2564.92 kcal; Białko ogółem: 123.44 g; Tłuszcz: 98.09 g; Kw. tł. nasy.: 50.79 g; Węglowodany ogółem: 313.24 g; W tym cukry: 72.68 g; Błonnik pok.: 32.39 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2638.51 kcal; Białko ogółem: 126.88 g; Tłuszcz: 92.08 g; Kw. tł. nasy.: 42.85 g; Węglowodany ogółem: 336.34 g; W tym cukry: 70.92 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 1955.67 kcal; Białko ogółem: 101.34 g; Tłuszcz: 70.69 g; Kw. tł. nasy.: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 243.44 g; W tym cukry: 44.90 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 6.26 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-03-08 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 140 g (***GLU PSZ,***) Musztarda 20 g (***GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2911.89 kcal; Białko ogółem: 126.22 g; Tłuszcz: 105.09 g; Kw. tł. nasy.: 42.88 g; Węglowodany ogółem: 381.60 g; W tym cukry: 81.22 g; Błonnik pok.: 34.75 g; Sól: 10.23 g;	Wartość energetyczna: 2576.21 kcal; Białko ogółem: 109.56 g; Tłuszcz: 84.69 g; Kw. tł. nasy.: 35.55 g; Węglowodany ogółem: 358.97 g; W tym cukry: 84.76 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2552.30 kcal; Białko ogółem: 109.38 g; Tłuszcz: 74.29 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 374.93 g; W tym cukry: 107.86 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 7.54 g;		Wartość energetyczna: 2421.52 kcal; Białko ogółem: 116.65 g; Tłuszcz: 74.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 339.57 g; W tym cukry: 73.14 g; Błonnik pok.: 36.37 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2462.84 kcal; Białko ogółem: 122.08 g; Tłuszcz: 86.48 g; Kw. tł. nasy.: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 317.33 g; W tym cukry: 61.63 g; Błonnik pok.: 37.31 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2571.03 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz: 90.35 g; Kw. tł. nasy.: 39.49 g; Węglowodany ogółem: 341.44 g; W tym cukry: 78.15 g; Błonnik pok.: 31.53 g; Sól: 11.66 g;	Wartość energetyczna: 1855.88 kcal; Białko ogółem: 102.70 g; Tłuszcz: 60.12 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 241.77 g; W tym cukry: 34.49 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sól: 7.72 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-03-09 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Salami kiełbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewajaca, wędzona. 50 g (***SOJ, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Marchew gotowana plastry 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Marchew gotowana plastry 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Marchew gotowana plastry 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2371.05 kcal; Białko ogółem: 106.39 g; Tłuszcz: 94.13 g; Kw. tł. nasy.: 42.17 g; Węglowodany ogółem: 287.83 g; W tym cukry: 67.77 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2173.17 kcal; Białko ogółem: 106.72 g; Tłuszcz: 77.18 g; Kw. tł. nasy.: 36.36 g; Węglowodany ogółem: 277.77 g; W tym cukry: 61.83 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sól: 5.94 g;	Wartość energetyczna: 2046.34 kcal; Białko ogółem: 85.60 g; Tłuszcz: 60.15 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 305.62 g; W tym cukry: 63.87 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 5.70 g;		Wartość energetyczna: 1983.65 kcal; Białko ogółem: 101.36 g; Tłuszcz: 68.29 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 256.37 g; W tym cukry: 61.12 g; Błonnik pok.: 28.32 g; Sól: 5.49 g;	Wartość energetyczna: 2308.14 kcal; Białko ogółem: 120.59 g; Tłuszcz: 82.08 g; Kw. tł. nasy.: 39.30 g; Węglowodany ogółem: 287.77 g; W tym cukry: 67.57 g; Błonnik pok.: 30.56 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 2235.46 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz: 63.56 g; Kw. tł. nasy.: 34.41 g; Węglowodany ogółem: 337.66 g; W tym cukry: 69.10 g; Błonnik pok.: 32.14 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 1772.02 kcal; Białko ogółem: 103.09 g; Tłuszcz: 57.52 g; Kw. tł. nasy.: 23.90 g; Węglowodany ogółem: 225.05 g; W tym cukry: 42.83 g; Błonnik pok.: 27.38 g; Sól: 5.14 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-03-10 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)				Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2428.49 kcal; Białko ogółem: 86.75 g; Tłuszcz: 74.63 g; Kw. tł. nasy.: 38.06 g; Węglowodany ogółem: 361.50 g; W tym cukry: 75.57 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2400.59 kcal; Białko ogółem: 83.46 g; Tłuszcz: 73.05 g; Kw. tł. nasy.: 37.74 g; Węglowodany ogółem: 362.36 g; W tym cukry: 77.31 g; Błonnik pok.: 21.94 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2447.60 kcal; Białko ogółem: 84.29 g; Tłuszcz: 73.02 g; Kw. tł. nasy.: 37.74 g; Węglowodany ogółem: 371.92 g; W tym cukry: 86.97 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2169.33 kcal; Białko ogółem: 79.46 g; Tłuszcz: 60.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.54 g; Węglowodany ogółem: 338.90 g; W tym cukry: 76.29 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2112.96 kcal; Białko ogółem: 83.62 g; Tłuszcz: 72.77 g; Kw. tł. nasy.: 37.44 g; Węglowodany ogółem: 293.46 g; W tym cukry: 47.36 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sól: 8.14 g;	Wartość energetyczna: 2228.08 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz: 70.94 g; Kw. tł. nasy.: 37.18 g; Węglowodany ogółem: 329.22 g; W tym cukry: 58.28 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 1595.72 kcal; Białko ogółem: 67.08 g; Tłuszcz: 47.83 g; Kw. tł. nasy.: 21.89 g; Węglowodany ogółem: 234.61 g; W tym cukry: 33.06 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 6.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-03-11 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g
	II ŚN						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką dieta () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Buraczki gotowane plastry () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Buraczki gotowane plastry () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Buraczki gotowane plastry () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2274.34 kcal; Białko ogółem: 104.95 g; Tłuszcz: 69.27 g; Kw. tł. nasy.: 33.28 g; Węglowodany ogółem: 320.32 g; W tym cukry: 61.68 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2279.60 kcal; Białko ogółem: 101.62 g; Tłuszcz: 67.24 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 329.82 g; W tym cukry: 73.98 g; Błonnik pok.: 31.67 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2414.80 kcal; Białko ogółem: 108.67 g; Tłuszcz: 75.30 g; Kw. tł. nasy.: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 338.69 g; W tym cukry: 76.44 g; Błonnik pok.: 32.41 g; Sól: 7.91 g;		Wartość energetyczna: 2095.90 kcal; Białko ogółem: 103.57 g; Tłuszcz: 61.20 g; Kw. tł. nasy.: 23.02 g; Węglowodany ogółem: 298.96 g; W tym cukry: 63.42 g; Błonnik pok.: 36.53 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2085.84 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 64.42 g; Kw. tł. nasy.: 31.79 g; Węglowodany ogółem: 290.19 g; W tym cukry: 53.38 g; Błonnik pok.: 35.32 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 2319.53 kcal; Białko ogółem: 102.73 g; Tłuszcz: 70.94 g; Kw. tł. nasy.: 35.75 g; Węglowodany ogółem: 330.05 g; W tym cukry: 65.03 g; Błonnik pok.: 31.88 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 1577.83 kcal; Białko ogółem: 86.89 g; Tłuszcz: 41.20 g; Kw. tł. nasy.: 16.89 g; Węglowodany ogółem: 229.10 g; W tym cukry: 27.83 g; Błonnik pok.: 32.42 g; Sól: 5.59 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-03-12 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)				Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2798.75 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 112.51 g; Kw. tł. nasy.: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 357.82 g; W tym cukry: 74.56 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sól: 10.68 g;	Wartość energetyczna: 2638.23 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 86.30 g; Kw. tł. nasy.: 39.98 g; Węglowodany ogółem: 367.39 g; W tym cukry: 72.13 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2652.79 kcal; Białko ogółem: 107.08 g; Tłuszcz: 91.08 g; Kw. tł. nasy.: 40.36 g; Węglowodany ogółem: 359.69 g; W tym cukry: 79.03 g; Błonnik pok.: 28.98 g; Sól: 7.70 g;		Wartość energetyczna: 2460.20 kcal; Białko ogółem: 104.75 g; Tłuszcz: 81.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 345.17 g; W tym cukry: 74.46 g; Błonnik pok.: 34.78 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2595.09 kcal; Białko ogółem: 108.87 g; Tłuszcz: 90.97 g; Kw. tł. nasy.: 39.42 g; Węglowodany ogółem: 351.50 g; W tym cukry: 70.88 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2640.48 kcal; Białko ogółem: 100.81 g; Tłuszcz: 86.63 g; Kw. tł. nasy.: 39.42 g; Węglowodany ogółem: 372.75 g; W tym cukry: 79.69 g; Błonnik pok.: 29.32 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 1950.54 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz: 66.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 258.23 g; W tym cukry: 33.73 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 7.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-03-13 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g		Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli () 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2647.53 kcal; Białko ogółem: 107.08 g; Tłuszcz: 94.74 g; Kw. tł. nasy.: 46.36 g; Węglowodany ogółem: 346.75 g; W tym cukry: 70.05 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 5.13 g;	Wartość energetyczna: 2409.11 kcal; Białko ogółem: 111.21 g; Tłuszcz: 75.31 g; Kw. tł. nasy.: 36.42 g; Węglowodany ogółem: 327.15 g; W tym cukry: 69.93 g; Błonnik pok.: 16.20 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2452.73 kcal; Białko ogółem: 110.98 g; Tłuszcz: 74.98 g; Kw. tł. nasy.: 36.66 g; Węglowodany ogółem: 345.19 g; W tym cukry: 74.09 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sól: 7.49 g;		Wartość energetyczna: 2371.38 kcal; Białko ogółem: 111.95 g; Tłuszcz: 82.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 306.12 g; W tym cukry: 76.78 g; Błonnik pok.: 32.09 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2452.56 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; Tłuszcz: 87.83 g; Kw. tł. nasy.: 36.69 g; Węglowodany ogółem: 316.78 g; W tym cukry: 79.06 g; Błonnik pok.: 33.10 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2448.70 kcal; Białko ogółem: 105.70 g; Tłuszcz: 72.34 g; Kw. tł. nasy.: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 355.98 g; W tym cukry: 75.00 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 1828.93 kcal; Białko ogółem: 95.24 g; Tłuszcz: 63.58 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 228.75 g; W tym cukry: 41.87 g; Błonnik pok.: 28.88 g; Sól: 5.43 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-03-14 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 200 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)	Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)
		Wartość energetyczna: 2765.29 kcal; Białko ogółem: 100.08 g; Tłuszcz: 102.21 g; Kw. tł. nasy.: 37.53 g; Węglowodany ogółem: 371.92 g; W tym cukry: 105.13 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sól: 9.66 g;	Wartość energetyczna: 2475.03 kcal; Białko ogółem: 99.44 g; Tłuszcz: 78.56 g; Kw. tł. nasy.: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 353.85 g; W tym cukry: 107.41 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2593.73 kcal; Białko ogółem: 107.60 g; Tłuszcz: 84.64 g; Kw. tł. nasy.: 37.05 g; Węglowodany ogółem: 359.83 g; W tym cukry: 114.34 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 9.17 g;		Wartość energetyczna: 2330.16 kcal; Białko ogółem: 116.25 g; Tłuszcz: 75.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 311.05 g; W tym cukry: 81.68 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 9.23 g;	Wartość energetyczna: 2291.28 kcal; Białko ogółem: 113.12 g; Tłuszcz: 79.38 g; Kw. tł. nasy.: 34.54 g; Węglowodany ogółem: 297.02 g; W tym cukry: 70.50 g; Błonnik pok.: 32.40 g; Sól: 9.62 g;	Wartość energetyczna: 2489.15 kcal; Białko ogółem: 116.12 g; Tłuszcz: 81.97 g; Kw. tł. nasy.: 36.21 g; Węglowodany ogółem: 333.24 g; W tym cukry: 82.39 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 10.63 g;	Wartość energetyczna: 1781.44 kcal; Białko ogółem: 99.04 g; Tłuszcz: 55.99 g; Kw. tł. nasy.: 19.62 g; Węglowodany ogółem: 234.63 g; W tym cukry: 45.65 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sól: 8.48 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-03-15 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (***SEL,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml			Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2732.56 kcal; Białko ogółem: 101.26 g; Tłuszcz: 102.67 g; Kw. tł. nasy.: 49.80 g; Węglowodany ogółem: 365.63 g; W tym cukry: 72.97 g; Błonnik pok.: 40.43 g; Sól: 9.37 g;	Wartość energetyczna: 2608.73 kcal; Białko ogółem: 102.10 g; Tłuszcz: 81.47 g; Kw. tł. nasy.: 38.34 g; Węglowodany ogółem: 376.79 g; W tym cukry: 83.48 g; Błonnik pok.: 26.44 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2623.43 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; Tłuszcz: 81.63 g; Kw. tł. nasy.: 38.38 g; Węglowodany ogółem: 379.95 g; W tym cukry: 85.95 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 7.80 g;		Wartość energetyczna: 2534.36 kcal; Białko ogółem: 106.12 g; Tłuszcz: 88.38 g; Kw. tł. nasy.: 37.75 g; Węglowodany ogółem: 343.45 g; W tym cukry: 69.01 g; Błonnik pok.: 32.56 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 2506.52 kcal; Białko ogółem: 101.98 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 47.03 g; Węglowodany ogółem: 335.40 g; W tym cukry: 68.60 g; Błonnik pok.: 35.19 g; Sól: 9.10 g;	Wartość energetyczna: 2502.41 kcal; Białko ogółem: 94.38 g; Tłuszcz: 76.85 g; Kw. tł. nasy.: 37.50 g; Węglowodany ogółem: 370.04 g; W tym cukry: 82.17 g; Błonnik pok.: 30.49 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 1898.25 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 66.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.50 g; Węglowodany ogółem: 251.65 g; W tym cukry: 33.91 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 8.01 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- RYD 1/C1/P1 Podstawowa	KRK- RYD 2/C2/P2 Łatwo strawna	KRK- RYD 3/P5 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	KRK- RYD 4 Łatw.z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	KRK-RYD 5/7 Bogatoresztkowa/O kont.zaw.kw.tłuszczowych	KRK- RYD-6/C3/P7 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	KRK- RYD 6/3 Z ogr.łatwo przys.wegl/Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	KRK-RYD 8 Ubogoenergetyczna
2025-03-16 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD						Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml			Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 20 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)					Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)	Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)
		Wartość energetyczna: 2292.48 kcal; Białko ogółem: 87.27 g; Tłuszcz: 79.49 g; Kw. tł. nasy.: 34.29 g; Węglowodany ogółem: 319.04 g; W tym cukry: 78.56 g; Błonnik pok.: 27.98 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2193.54 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz: 69.67 g; Kw. tł. nasy.: 34.10 g; Węglowodany ogółem: 310.35 g; W tym cukry: 86.99 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 2208.72 kcal; Białko ogółem: 95.05 g; Tłuszcz: 69.85 g; Kw. tł. nasy.: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 313.60 g; W tym cukry: 89.49 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 10.22 g;	Wartość energetyczna: 1954.18 kcal; Białko ogółem: 102.73 g; Tłuszcz: 57.24 g; Kw. tł. nasy.: 19.89 g; Węglowodany ogółem: 273.80 g; W tym cukry: 67.95 g; Błonnik pok.: 33.52 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2226.50 kcal; Białko ogółem: 115.30 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kw. tł. nasy.: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 301.80 g; W tym cukry: 76.45 g; Błonnik pok.: 35.26 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 2340.84 kcal; Białko ogółem: 109.63 g; Tłuszcz: 70.76 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 329.74 g; W tym cukry: 82.62 g; Błonnik pok.: 31.22 g; Sól: 11.52 g;	Wartość energetyczna: 1703.39 kcal; Białko ogółem: 99.68 g; Tłuszcz: 44.84 g; Kw. tł. nasy.: 17.94 g; Węglowodany ogółem: 241.38 g; W tym cukry: 47.53 g; Błonnik pok.: 32.34 g; Sól: 8.16 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-03-03 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw () 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 75 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Brokuł gotowany* 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 25 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Brokuł gotowany* 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Brokuł gotowany* 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Brokuł gotowany* 100 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***)
		Wartość energetyczna: 2442.91 kcal; Białko ogółem: 114.32 g; Tłuszcz: 65.68 g; Kw. tł. nasy.: 34.28 g; Węglowodany ogółem: 362.24 g; W tym cukry: 96.43 g; Błonnik pok.: 27.81 g; Sól: 10.05 g;	Wartość energetyczna: 1979.81 kcal; Białko ogółem: 57.24 g; Tłuszcz: 54.02 g; Kw. tł. nasy.: 31.38 g; Węglowodany ogółem: 329.99 g; W tym cukry: 72.53 g; Błonnik pok.: 26.89 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2177.67 kcal; Białko ogółem: 79.95 g; Tłuszcz: 67.80 g; Kw. tł. nasy.: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 314.69 g; W tym cukry: 82.16 g; Błonnik pok.: 18.53 g; Sól: 4.42 g;	Wartość energetyczna: 2722.96 kcal; Białko ogółem: 96.55 g; Tłuszcz: 105.19 g; Kw. tł. nasy.: 43.45 g; Węglowodany ogółem: 361.39 g; W tym cukry: 96.61 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2429.58 kcal; Białko ogółem: 99.93 g; Tłuszcz: 60.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.55 g; Węglowodany ogółem: 385.52 g; W tym cukry: 99.81 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2505.44 kcal; Białko ogółem: 122.84 g; Tłuszcz: 117.94 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 250.22 g; W tym cukry: 110.91 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 5.04 g;	Wartość energetyczna: 2597.71 kcal; Białko ogółem: 117.64 g; Tłuszcz: 70.70 g; Kw. tł. nasy.: 36.40 g; Węglowodany ogółem: 387.23 g; W tym cukry: 96.51 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 10.07 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-03-04 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (***SOJ.***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (***SOJ.***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ.***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE.***) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ.***) Sok marchwiowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE.***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE.***)
	Obiad	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Makaron 200 g (***GLU PSZ.***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Szynka wieprzowa gotowana 150 g Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Makaron 300 g (***GLU PSZ.***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL.***) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE.***) Dynia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Makaron z warzywami i serem żółtym* 350 g (***GLU PSZ, MLE.***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Makaron 200 g (***GLU PSZ.***) Mięso wieprzowe (szynka) mielone 100 g (***GLU PSZ.***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - solferino () RYD 700 g (***JAJ, SEL.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Makaron 200 g (***GLU PSZ.***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ.***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (***GLU PSZ, MLE.***)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE.***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE.***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL.***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE.***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE.***)
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE.***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE.***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE.***)	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE.***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE.***)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE.***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE.***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR.***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE.***)
		Wartość energetyczna: 2766.73 kcal; Białko ogółem: 144.18 g; Tłuszcz: 83.88 g; Kw. tł. nasy.: 40.28 g; Węglowodany ogółem: 365.30 g; W tym cukry: 73.37 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 8.48 g;	Wartość energetyczna: 2132.57 kcal; Białko ogółem: 69.31 g; Tłuszcz: 66.17 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 322.91 g; W tym cukry: 55.00 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 5.27 g;	Wartość energetyczna: 2262.51 kcal; Białko ogółem: 85.91 g; Tłuszcz: 82.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.96 g; Węglowodany ogółem: 296.49 g; W tym cukry: 63.78 g; Błonnik pok.: 16.07 g; Sól: 3.48 g;	Wartość energetyczna: 2686.51 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 102.12 g; Kw. tł. nasy.: 52.26 g; Węglowodany ogółem: 363.05 g; W tym cukry: 65.81 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 3064.74 kcal; Białko ogółem: 129.08 g; Tłuszcz: 89.28 g; Kw. tł. nasy.: 38.93 g; Węglowodany ogółem: 440.33 g; W tym cukry: 95.08 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2479.59 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 122.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 226.61 g; W tym cukry: 108.41 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2961.70 kcal; Białko ogółem: 134.32 g; Tłuszcz: 92.50 g; Kw. tł. nasy.: 46.84 g; Węglowodany ogółem: 400.71 g; W tym cukry: 101.56 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sól: 8.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-03-05 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 150 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 250 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 100 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 200 g (***SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka () 200 g (***MLE, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - brokułowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 150 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 50 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Roszponka 10 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z natką pietruszki 100 g (***RYB, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2569.65 kcal; Białko ogółem: 111.78 g; Tłuszcz: 82.28 g; Kw. tł. nasy.: 36.17 g; Węglowodany ogółem: 362.44 g; W tym cukry: 104.47 g; Błonnik pok.: 35.02 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2008.65 kcal; Białko ogółem: 53.69 g; Tłuszcz: 63.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.35 g; Węglowodany ogółem: 321.60 g; W tym cukry: 73.61 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 2219.95 kcal; Białko ogółem: 70.27 g; Tłuszcz: 75.84 g; Kw. tł. nasy.: 31.41 g; Węglowodany ogółem: 323.40 g; W tym cukry: 95.65 g; Błonnik pok.: 28.16 g; Sól: 3.96 g;	Wartość energetyczna: 2393.95 kcal; Białko ogółem: 81.98 g; Tłuszcz: 74.75 g; Kw. tł. nasy.: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 365.78 g; W tym cukry: 101.28 g; Błonnik pok.: 38.10 g; Sól: 6.25 g;	Wartość energetyczna: 2521.60 kcal; Białko ogółem: 95.86 g; Tłuszcz: 74.58 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 384.65 g; W tym cukry: 107.42 g; Błonnik pok.: 35.63 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2547.09 kcal; Białko ogółem: 125.99 g; Tłuszcz: 120.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 252.10 g; W tym cukry: 111.80 g; Błonnik pok.: 23.36 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2686.44 kcal; Białko ogółem: 95.31 g; Tłuszcz: 91.30 g; Kw. tł. nasy.: 45.34 g; Węglowodany ogółem: 389.32 g; W tym cukry: 110.33 g; Błonnik pok.: 36.86 g; Sól: 9.54 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-03-06 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN								Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Klopsik wieprzowy 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto wegetariańskie z tofu() 350 g (***SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kisiel o smaku pomarańczowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***)
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2702.19 kcal; Białko ogółem: 122.26 g; Tłuszcz: 84.71 g; Kw. tł. nasy.: 39.60 g; Węglowodany ogółem: 374.85 g; W tym cukry: 83.02 g; Błonnik pok.: 26.39 g; Sól: 5.75 g;	Wartość energetyczna: 2183.20 kcal; Białko ogółem: 66.17 g; Tłuszcz: 66.81 g; Kw. tł. nasy.: 34.47 g; Węglowodany ogółem: 341.89 g; W tym cukry: 50.89 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 4.96 g;	Wartość energetyczna: 2327.92 kcal; Białko ogółem: 80.63 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 330.22 g; W tym cukry: 73.24 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 2.91 g;	Wartość energetyczna: 2961.08 kcal; Białko ogółem: 91.85 g; Tłuszcz: 125.84 g; Kw. tł. nasy.: 40.18 g; Węglowodany ogółem: 374.65 g; W tym cukry: 87.10 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2726.02 kcal; Białko ogółem: 109.37 g; Tłuszcz: 83.63 g; Kw. tł. nasy.: 39.73 g; Węglowodany ogółem: 396.78 g; W tym cukry: 91.87 g; Błonnik pok.: 29.92 g; Sól: 5.39 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2489.34 kcal; Białko ogółem: 124.97 g; Tłuszcz: 117.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 245.14 g; W tym cukry: 111.21 g; Błonnik pok.: 20.88 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2711.24 kcal; Białko ogółem: 100.00 g; Tłuszcz: 90.66 g; Kw. tł. nasy.: 44.65 g; Węglowodany ogółem: 385.88 g; W tym cukry: 70.02 g; Błonnik pok.: 31.93 g; Sól: 7.80 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-03-07 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 75 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 3 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza gryczana na mleku 400 g (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 150 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) (bez glutenu) 100 g (***JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy (bez mleka i glutenu) 100 ml Szpinak gotowany z olejem. (bez glutenu)* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 350 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - dyniowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 150 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (***JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2805.01 kcal; Białko ogółem: 134.86 g; Tłuszcz: 93.82 g; Kw. tł. nasy.: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 362.36 g; W tym cukry: 99.64 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2145.73 kcal; Białko ogółem: 59.96 g; Tłuszcz: 61.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 346.90 g; W tym cukry: 91.05 g; Błonnik pok.: 26.53 g; Sól: 5.36 g;	Wartość energetyczna: 2387.16 kcal; Białko ogółem: 87.94 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 37.00 g; Węglowodany ogółem: 319.85 g; W tym cukry: 90.49 g; Błonnik pok.: 18.64 g; Sól: 3.31 g;	Wartość energetyczna: 2899.17 kcal; Białko ogółem: 103.41 g; Tłuszcz: 108.57 g; Kw. tł. nasy.: 42.57 g; Węglowodany ogółem: 385.04 g; W tym cukry: 114.89 g; Błonnik pok.: 29.21 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 2831.32 kcal; Białko ogółem: 124.79 g; Tłuszcz: 90.10 g; Kw. tł. nasy.: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 388.68 g; W tym cukry: 104.78 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2602.65 kcal; Białko ogółem: 131.00 g; Tłuszcz: 124.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 249.78 g; W tym cukry: 108.95 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 2874.72 kcal; Białko ogółem: 133.42 g; Tłuszcz: 102.10 g; Kw. tł. nasy.: 51.29 g; Węglowodany ogółem: 368.31 g; W tym cukry: 80.28 g; Błonnik pok.: 27.79 g; Sól: 9.33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-03-08 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 75 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 25 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 250 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy- dieta 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 200 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z warzywami i soczewicą wegetariańskie () 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - selerowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2702.56 kcal; Białko ogółem: 128.67 g; Tłuszcz: 88.95 g; Kw. tł. nasy.: 36.53 g; Węglowodany ogółem: 362.21 g; W tym cukry: 85.04 g; Błonnik pok.: 31.45 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2205.34 kcal; Białko ogółem: 65.75 g; Tłuszcz: 76.94 g; Kw. tł. nasy.: 33.80 g; Węglowodany ogółem: 328.35 g; W tym cukry: 60.99 g; Błonnik pok.: 32.75 g; Sól: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 2505.14 kcal; Białko ogółem: 83.87 g; Tłuszcz: 91.24 g; Kw. tł. nasy.: 33.79 g; Węglowodany ogółem: 344.97 g; W tym cukry: 78.68 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 4.21 g;	Wartość energetyczna: 2525.26 kcal; Białko ogółem: 85.46 g; Tłuszcz: 82.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.19 g; Węglowodany ogółem: 375.80 g; W tym cukry: 84.43 g; Błonnik pok.: 37.32 g; Sól: 5.24 g;	Wartość energetyczna: 2642.60 kcal; Białko ogółem: 104.64 g; Tłuszcz: 74.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 402.81 g; W tym cukry: 111.02 g; Błonnik pok.: 31.14 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2495.52 kcal; Białko ogółem: 122.04 g; Tłuszcz: 116.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.90 g; Węglowodany ogółem: 251.38 g; W tym cukry: 110.42 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 4.32 g;	Wartość energetyczna: 2891.70 kcal; Białko ogółem: 125.80 g; Tłuszcz: 92.99 g; Kw. tł. nasy.: 42.74 g; Węglowodany ogółem: 404.16 g; W tym cukry: 107.16 g; Błonnik pok.: 36.18 g; Sól: 11.26 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-03-09 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 230 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Potrawka drobiowa z warzywami * 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (***SOJ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 150 g (***MLE,***) Marchew gotowana plastry 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (***MLE,***) Marchew gotowana plastry 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Marchew gotowana plastry 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z ryżem () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Marchew gotowana plastry 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2511.62 kcal; Białko ogółem: 146.68 g; Tłuszcz: 96.32 g; Kw. tł. nasy.: 42.36 g; Węglowodany ogółem: 280.45 g; W tym cukry: 63.74 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 6.46 g;	Wartość energetyczna: 1963.77 kcal; Białko ogółem: 66.95 g; Tłuszcz: 62.06 g; Kw. tł. nasy.: 33.76 g; Węglowodany ogółem: 300.36 g; W tym cukry: 54.49 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 1959.57 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 75.06 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 243.83 g; W tym cukry: 48.81 g; Błonnik pok.: 16.06 g; Sól: 3.87 g;	Wartość energetyczna: 2130.08 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 71.06 g; Kw. tł. nasy.: 39.34 g; Węglowodany ogółem: 293.90 g; W tym cukry: 67.40 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2491.37 kcal; Białko ogółem: 112.57 g; Tłuszcz: 70.19 g; Kw. tł. nasy.: 36.40 g; Węglowodany ogółem: 370.10 g; W tym cukry: 86.01 g; Błonnik pok.: 34.58 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2542.75 kcal; Białko ogółem: 126.13 g; Tłuszcz: 120.34 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 250.52 g; W tym cukry: 111.12 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2471.50 kcal; Białko ogółem: 112.21 g; Tłuszcz: 91.64 g; Kw. tł. nasy.: 43.27 g; Węglowodany ogółem: 313.77 g; W tym cukry: 55.19 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 7.97 g;

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-03-10 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku malinowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 150 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 50 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - barszcz czerwony z ziemiakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 150 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 50 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 100 g (***SEL,***) Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sok pomidorowy 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wafle ryżowe 20 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2526.28 kcal; Białko ogółem: 96.47 g; Tłuszcz: 78.87 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 368.72 g; W tym cukry: 81.10 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2070.96 kcal; Białko ogółem: 47.86 g; Tłuszcz: 60.83 g; Kw. tł. nasy.: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 344.12 g; W tym cukry: 55.57 g; Błonnik pok.: 21.17 g; Sól: 5.06 g;	Wartość energetyczna: 2255.40 kcal; Białko ogółem: 64.41 g; Tłuszcz: 74.93 g; Kw. tł. nasy.: 34.85 g; Węglowodany ogółem: 336.29 g; W tym cukry: 69.03 g; Błonnik pok.: 17.33 g; Sól: 3.26 g;	Wartość energetyczna: 2460.93 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz: 83.03 g; Kw. tł. nasy.: 47.85 g; Węglowodany ogółem: 355.81 g; W tym cukry: 71.56 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2492.74 kcal; Białko ogółem: 89.80 g; Tłuszcz: 72.62 g; Kw. tł. nasy.: 37.30 g; Węglowodany ogółem: 380.20 g; W tym cukry: 91.24 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2571.78 kcal; Białko ogółem: 131.17 g; Tłuszcz: 123.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 110.22 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 2540.06 kcal; Białko ogółem: 88.99 g; Tłuszcz: 82.82 g; Kw. tł. nasy.: 49.03 g; Węglowodany ogółem: 369.97 g; W tym cukry: 67.33 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 9.66 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-03-11 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 75 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 25 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 70 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka pieczony 70 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Filet z kurczaka pieczony 70 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony (bez glutenu) 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso drobiowe (filet z kurczaka) mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - jarzynowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Buraczki gotowane plastry () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Buraczki gotowane plastry () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Buraczki gotowane plastry () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek naturalny Bieluch 100 g (***MLE,***) Buraczki gotowane () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ryżowa () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Buraczki gotowane plastry () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2449.23 kcal; Białko ogółem: 125.84 g; Tłuszcz: 74.15 g; Kw. tł. nasy.: 34.96 g; Węglowodany ogółem: 332.38 g; W tym cukry: 74.12 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2024.32 kcal; Białko ogółem: 70.28 g; Tłuszcz: 63.26 g; Kw. tł. nasy.: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 306.62 g; W tym cukry: 50.35 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sól: 5.96 g;	Wartość energetyczna: 2112.21 kcal; Białko ogółem: 75.60 g; Tłuszcz: 68.56 g; Kw. tł. nasy.: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 303.50 g; W tym cukry: 64.26 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 4.22 g;	Wartość energetyczna: 2404.15 kcal; Białko ogółem: 78.14 g; Tłuszcz: 96.19 g; Kw. tł. nasy.: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 317.71 g; W tym cukry: 78.79 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2630.07 kcal; Białko ogółem: 116.02 g; Tłuszcz: 82.83 g; Kw. tł. nasy.: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 369.22 g; W tym cukry: 80.04 g; Błonnik pok.: 33.24 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2509.28 kcal; Białko ogółem: 127.11 g; Tłuszcz: 119.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 243.61 g; W tym cukry: 105.10 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2517.92 kcal; Białko ogółem: 119.00 g; Tłuszcz: 73.06 g; Kw. tł. nasy.: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 360.23 g; W tym cukry: 75.37 g; Błonnik pok.: 34.83 g; Sól: 9.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-03-12 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 150 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 300 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzycą () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 150 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 50 g (***RYB,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2894.60 kcal; Białko ogółem: 135.85 g; Tłuszcz: 93.42 g; Kw. tł. nasy.: 42.06 g; Węglowodany ogółem: 390.78 g; W tym cukry: 74.43 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 2149.02 kcal; Białko ogółem: 61.46 g; Tłuszcz: 70.42 g; Kw. tł. nasy.: 33.33 g; Węglowodany ogółem: 330.73 g; W tym cukry: 51.72 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sól: 5.31 g;	Wartość energetyczna: 2424.19 kcal; Białko ogółem: 88.84 g; Tłuszcz: 93.22 g; Kw. tł. nasy.: 38.22 g; Węglowodany ogółem: 307.78 g; W tym cukry: 61.11 g; Błonnik pok.: 15.53 g; Sól: 4.02 g;	Wartość energetyczna: 2537.19 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 358.58 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2762.19 kcal; Białko ogółem: 114.02 g; Tłuszcz: 90.91 g; Kw. tł. nasy.: 39.95 g; Węglowodany ogółem: 381.63 g; W tym cukry: 83.30 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2581.86 kcal; Białko ogółem: 132.29 g; Tłuszcz: 126.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 239.69 g; W tym cukry: 105.92 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 3017.61 kcal; Białko ogółem: 109.07 g; Tłuszcz: 114.68 g; Kw. tł. nasy.: 53.74 g; Węglowodany ogółem: 396.80 g; W tym cukry: 97.35 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sól: 10.82 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-03-13 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 150 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 150 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 300 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 50 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 200 g Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Frittata z jajkiem 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Mięso wołowe mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - szpinakowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2605.49 kcal; Białko ogółem: 137.54 g; Tłuszcz: 84.56 g; Kw. tł. nasy.: 39.11 g; Węglowodany ogółem: 329.23 g; W tym cukry: 71.77 g; Błonnik pok.: 16.20 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 2079.99 kcal; Białko ogółem: 70.72 g; Tłuszcz: 66.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 305.81 g; W tym cukry: 44.65 g; Błonnik pok.: 16.39 g; Sól: 4.81 g;	Wartość energetyczna: 2230.93 kcal; Białko ogółem: 86.51 g; Tłuszcz: 76.58 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 300.09 g; W tym cukry: 60.92 g; Błonnik pok.: 11.39 g; Sól: 3.26 g;	Wartość energetyczna: 2261.01 kcal; Białko ogółem: 75.69 g; Tłuszcz: 87.75 g; Kw. tł. nasy.: 46.73 g; Węglowodany ogółem: 298.77 g; W tym cukry: 70.62 g; Błonnik pok.: 20.13 g; Sól: 4.85 g;	Wartość energetyczna: 2742.93 kcal; Białko ogółem: 123.53 g; Tłuszcz: 77.03 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 403.20 g; W tym cukry: 78.30 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2404.22 kcal; Białko ogółem: 120.39 g; Tłuszcz: 116.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 231.00 g; W tym cukry: 111.44 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sól: 4.30 g;	Wartość energetyczna: 2989.77 kcal; Białko ogółem: 115.44 g; Tłuszcz: 109.16 g; Kw. tł. nasy.: 48.24 g; Węglowodany ogółem: 393.87 g; W tym cukry: 83.46 g; Błonnik pok.: 20.93 g; Sól: 9.80 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-03-14 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 150 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Ryba pieczona (Morszczuk) 50 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet jaglany z serem top i pietruszką 100 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - krupnik () RYD 700 g (***JAJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 150 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z białek 100 g (***JAJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - jarzynowa z makaronem () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)						Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)
		Wartość energetyczna: 2667.33 kcal; Białko ogółem: 136.59 g; Tłuszcz: 90.52 g; Kw. tł. nasy.: 37.54 g; Węglowodany ogółem: 337.00 g; W tym cukry: 87.94 g; Błonnik pok.: 25.44 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 2043.69 kcal; Białko ogółem: 58.18 g; Tłuszcz: 67.08 g; Kw. tł. nasy.: 32.70 g; Węglowodany ogółem: 315.58 g; W tym cukry: 72.26 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2365.23 kcal; Białko ogółem: 86.70 g; Tłuszcz: 79.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 332.18 g; W tym cukry: 100.26 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2722.00 kcal; Białko ogółem: 73.81 g; Tłuszcz: 103.60 g; Kw. tł. nasy.: 39.36 g; Węglowodany ogółem: 383.52 g; W tym cukry: 105.11 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sól: 9.54 g;	Wartość energetyczna: 2777.59 kcal; Białko ogółem: 111.73 g; Tłuszcz: 85.34 g; Kw. tł. nasy.: 37.07 g; Węglowodany ogółem: 401.61 g; W tym cukry: 119.20 g; Błonnik pok.: 27.71 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2528.67 kcal; Białko ogółem: 128.93 g; Tłuszcz: 118.94 g; Kw. tł. nasy.: 28.40 g; Węglowodany ogółem: 246.19 g; W tym cukry: 105.05 g; Błonnik pok.: 21.18 g; Sól: 7.13 g;	Wartość energetyczna: 2665.01 kcal; Białko ogółem: 116.33 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw. tł. nasy.: 39.22 g; Węglowodany ogółem: 377.54 g; W tym cukry: 102.56 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 10.36 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-03-15 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 75 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU OW,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 300 g Pulpet drobiowy 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (***MLE,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - koperkowa z ziemniakami () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 75 g (***SOJ,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 25 g (***SOJ,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Ziemniaczana () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - ziemniaczana () RYD 700 g (***JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2774.89 kcal; Białko ogółem: 121.05 g; Tłuszcz: 88.55 g; Kw. tł. nasy.: 39.82 g; Węglowodany ogółem: 382.32 g; W tym cukry: 83.93 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2153.55 kcal; Białko ogółem: 57.17 g; Tłuszcz: 65.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.26 g; Węglowodany ogółem: 347.02 g; W tym cukry: 64.82 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sól: 5.45 g;	Wartość energetyczna: 2466.90 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Tłuszcz: 93.56 g; Kw. tł. nasy.: 37.40 g; Węglowodany ogółem: 329.25 g; W tym cukry: 65.69 g; Błonnik pok.: 17.69 g; Sól: 3.65 g;	Wartość energetyczna: 2725.22 kcal; Białko ogółem: 97.59 g; Tłuszcz: 92.28 g; Kw. tł. nasy.: 46.48 g; Węglowodany ogółem: 392.44 g; W tym cukry: 72.30 g; Błonnik pok.: 39.82 g; Sól: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 2775.41 kcal; Białko ogółem: 108.41 g; Tłuszcz: 80.38 g; Kw. tł. nasy.: 37.93 g; Węglowodany ogółem: 417.64 g; W tym cukry: 90.14 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 7.56 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2475.68 kcal; Białko ogółem: 127.87 g; Tłuszcz: 125.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 220.42 g; W tym cukry: 106.01 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 3010.98 kcal; Białko ogółem: 116.91 g; Tłuszcz: 106.46 g; Kw. tł. nasy.: 53.65 g; Węglowodany ogółem: 411.95 g; W tym cukry: 98.31 g; Błonnik pok.: 32.89 g; Sól: 10.39 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK-RYD 9 Bogatobiałkowa	KRK- RYD 10 Niskobiałkowa	KRK- RYD 11GL/P11 Bezglutenowa/ Eliminacyjna	KRK- RYD 11 WE/P14 Wegetariańska/Eliminacyjna	KRK- RYD 12 Papkowata	KRK- RYD 13 Płynna (kleik,suchary,herbata b/c,woda min n/g)	KRK- RYD 14/P4 Płynna wzmocniona/Łatwo strawna płynna	KRK- RYD Hematologia b/c
2025-03-16 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 75 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 25 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - śniadanie RYD 700 g (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 150 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 300 g Schab gotowany 50 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw z jajkiem() 350 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso wieprzowe (schab) mielone 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna odżywcza - pomidorowa z zacierką () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD								Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 150 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 25 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Płynna odżywcza - grysikowa () RYD 700 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)						Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 2,5 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 15 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)
		Wartość energetyczna: 2390.59 kcal; Białko ogółem: 121.08 g; Tłuszcz: 76.22 g; Kw. tł. nasy.: 37.52 g; Węglowodany ogółem: 318.46 g; W tym cukry: 94.13 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 9.82 g;	Wartość energetyczna: 2107.15 kcal; Białko ogółem: 65.82 g; Tłuszcz: 68.57 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 321.55 g; W tym cukry: 73.01 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2051.09 kcal; Białko ogółem: 69.57 g; Tłuszcz: 75.48 g; Kw. tł. nasy.: 32.36 g; Węglowodany ogółem: 283.09 g; W tym cukry: 77.00 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 5.88 g;	Wartość energetyczna: 2321.26 kcal; Białko ogółem: 66.04 g; Tłuszcz: 102.30 g; Kw. tł. nasy.: 41.14 g; Węglowodany ogółem: 292.85 g; W tym cukry: 84.14 g; Błonnik pok.: 25.65 g; Sól: 9.23 g;	Wartość energetyczna: 2723.08 kcal; Białko ogółem: 115.64 g; Tłuszcz: 86.17 g; Kw. tł. nasy.: 38.51 g; Węglowodany ogółem: 386.66 g; W tym cukry: 109.73 g; Błonnik pok.: 31.70 g; Sól: 10.35 g;	Wartość energetyczna: 931.50 kcal; Białko ogółem: 21.94 g; Tłuszcz: 7.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 193.56 g; W tym cukry: 17.25 g; Błonnik pok.: 3.51 g; Sól: 0.25 g;	Wartość energetyczna: 2508.65 kcal; Białko ogółem: 127.60 g; Tłuszcz: 118.89 g; Kw. tł. nasy.: 28.35 g; Węglowodany ogółem: 242.72 g; W tym cukry: 106.73 g; Błonnik pok.: 21.46 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2378.84 kcal; Białko ogółem: 109.43 g; Tłuszcz: 73.76 g; Kw. tł. nasy.: 35.58 g; Węglowodany ogółem: 333.74 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 31.22 g; Sól: 11.53 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-03-03 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN	
	Obiad	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Brokuł gotowany* 100 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2298.23 kcal; Białko ogółem: 94.05 g; Tłuszcz: 61.01 g; Kw. tł. nasy.: 32.98 g; Węglowodany ogółem: 356.80 g; W tym cukry: 96.22 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 8.69 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-03-04 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml
	II ŚN	
	Obiad	Solferino () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (***może zawierać: MLE,***)
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2814.00 kcal; Białko ogółem: 121.27 g; Tłuszcz: 87.04 g; Kw. tł. nasy.: 41.40 g; Węglowodany ogółem: 386.56 g; W tym cukry: 90.89 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sól: 7.33 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-03-05 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2467.52 kcal; Białko ogółem: 86.14 g; Tłuszcz: 86.58 g; Kw. tł. nasy.: 41.92 g; Węglowodany ogółem: 353.75 g; W tym cukry: 101.61 g; Błonnik pok.: 34.44 g; Sól: 8.14 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-03-06 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2617.82 kcal; Białko ogółem: 95.67 g; Tłuszcz: 89.31 g; Kw. tł. nasy.: 43.62 g; Węglowodany ogółem: 369.35 g; W tym cukry: 88.08 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 6.69 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-03-07 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem brzoskwiniowy o obnizonej zawartości cukrów 25g 2 szt Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2526.64 kcal; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 78.82 g; Kw. tł. nasy.: 37.97 g; Węglowodany ogółem: 358.23 g; W tym cukry: 100.49 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 6.93 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-03-08 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wołowy 200 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2687.58 kcal; Białko ogółem: 114.02 g; Tłuszcz: 83.59 g; Kw. tł. nasy.: 37.04 g; Węglowodany ogółem: 381.87 g; W tym cukry: 108.29 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 6.89 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-03-09 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Marchew gotowana plastry 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2247.88 kcal; Białko ogółem: 95.22 g; Tłuszcz: 85.98 g; Kw. tł. nasy.: 42.24 g; Węglowodany ogółem: 286.53 g; W tym cukry: 56.26 g; Błonnik pok.: 25.92 g; Sól: 6.76 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-03-10 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2538.44 kcal; Białko ogółem: 82.26 g; Tłuszcz: 78.08 g; Kw. tł. nasy.: 45.58 g; Węglowodany ogółem: 385.63 g; W tym cukry: 83.16 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 8.28 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-03-11 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Buraczki gotowane plastry () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2294.30 kcal; Białko ogółem: 102.02 g; Tłuszcz: 67.40 g; Kw. tł. nasy.: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 332.99 g; W tym cukry: 76.44 g; Błonnik pok.: 32.41 g; Sól: 8.09 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-03-12 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2743.69 kcal; Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz: 110.25 g; Kw. tł. nasy.: 50.32 g; Węglowodany ogółem: 346.15 g; W tym cukry: 80.08 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 9.43 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-03-13 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek () b/c 100 g
	II ŚN	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Sok pomidorowy 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2697.00 kcal; Białko ogółem: 106.77 g; Tłuszcz: 102.65 g; Kw. tł. nasy.: 43.39 g; Węglowodany ogółem: 343.20 g; W tym cukry: 66.17 g; Błonnik pok.: 18.47 g; Sól: 8.41 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-03-14 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Dżem morelowy 25g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku () 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)
		Wartość energetyczna: 2420.39 kcal; Białko ogółem: 92.31 g; Tłuszcz: 72.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.35 g; Węglowodany ogółem: 358.10 g; W tym cukry: 113.64 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 8.56 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-03-15 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy () 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (***GLU PSZ,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2845.77 kcal; Białko ogółem: 110.11 g; Tłuszcz: 102.36 g; Kw. tł. nasy.: 50.17 g; Węglowodany ogółem: 384.27 g; W tym cukry: 85.48 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 9.04 g;

		KRK- RYD Hematologia
2025-03-16 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,***) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (***SEL,***) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)
		Wartość energetyczna: 2208.72 kcal; Białko ogółem: 95.05 g; Tłuszcz: 69.85 g; Kw. tł. nasy.: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 313.60 g; W tym cukry: 89.49 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 10.22 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,